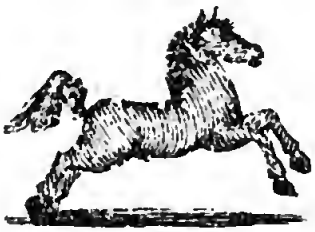
FONDO PIZZOFALCONE

BIBLIOTECA PROVINCIALE



Armadio XXIII

Palchetto 3

Num.° d' ordine 58-048

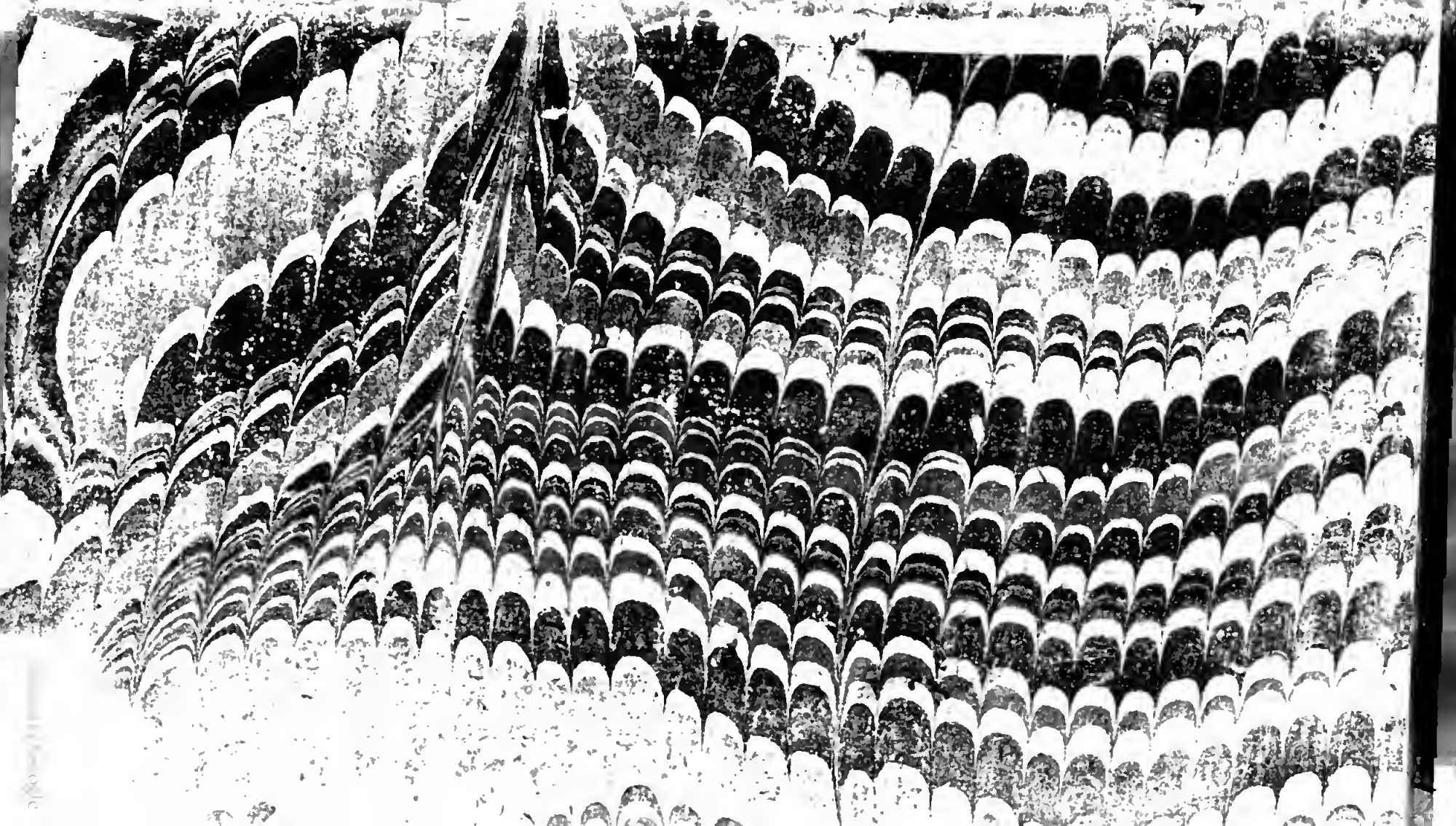
NAZIONALE

B. Prov.

VITT. EM. III

629

NAPOLI



K. III. 5,

B. Ent.
II
69

C09805600

L'ART DE CONSERVER
LA SANTÉ
DES PRINCES,

Et des Perſones du Premier Rang.

Auquel on a ajouté,

L'ART DE CONSERVER
LA SANTÉ
DES RELIGIEUSES,
ET
LES AVANTAGES
DE LA VIE SOBRE.

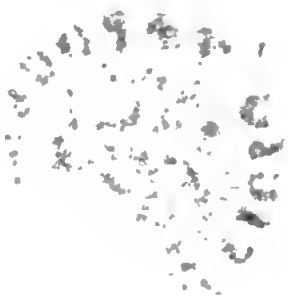
Du Seigneur

LOUIS CORNARO

Noble Vênitien ;

Avec des Remarques ſur ce Dernier, auſſi Curieuſes, que Nécèſſaires.

A LEIDE
Chés JEAN ARN. LANGERAK
M. D CC. XXIV.



PREFACE.

e vis d'abord de quèlle Ma-
nière mon Livre, *De la Con-*
ſervation de la Santé des Prin-
ces, & des Perſones du Premier
ang, ſeroit reçu des Mèdecins,
ce que me dit mon Libraire,
rsque je le lui donai à imprimer;
ar au lieu qu'il avoit toujours
nprimé mes autres Ouvrages à
s Dépens, il refuſa abſolument
e faire la même choſe à l'égard
e celui-ci: parce que, diſoit-il,
n Titre doneroit à peu de ces
leſſieurs l'Envie de l'acheter: les
lèdecins aimant beaucoup mieux
s Livres qui traitent de la Gué-
ſon des Maladies, que ceux qui
nſeignent à préſerver la Santé;

& n'y ayant qu'un fort petit Nombre de ceux, qui croyent pouvoir èſpèrer d'être un Jour apelés à la Cour de leur Prince. Cepandant, quoique je jugeaſſe fort bien que mon Libraire avoit Raiſon, j'ai perſiſtè dans le Dèſſein de doner mon Livre au Public, & de l'en faire le Juge; ſongeant plutôt à me rendre utile, qu'à m'atirer un Nombre conſidèrable de Lècteurs; & me renfermant dans cette Penſée d'*Horace*,

— *Neque te ut miretur turba labores*
Contentus paucis lectoribus —

Mon Dèſſein en ècrivant, n'a pas été de m'atirer des *Aplaudiſſemens*, mais de rendre quèlque *Service*, à mon Prince; à ma Patrie, & à tous les Hommes en général. J'ai ſouvent réflèchi avec Peine ſur la miſèrable Condition des *Princes*, & des Autres Per-

ersones de la *Première Qualité*, ui lorsqu'ils tombent dans quèl- ue facheuse Maladie, ſont en lus grand Danger que le Rèſte es Hommes; en ce qu'ils ne euvent s'empêcher, quand ils le oudroient, d'avoir Recours à ne Multitude de Mèdecins. En fèt ſi un *Prince*, ou un *Seigneur* e Diſtinction, tombé dangereu- ment malade, vouloit ne ſe ſer- ir que d'un ſeul Mèdecin, toute Cour, tous ſes Amis, ne ſe ré- ieroient ils pas contre lui; & n Premier Mèdecin même ne importuneroit il pas de ſes Prièr- s, pour que non ſeulement les lus Fameux, & les plus Expèri- entés Mèdecins de la Ville fuſ- nt apelés à ſon Secours, mais icor tous ceux qui ſe pouroient ouver ailleurs? Je n'ai donc pas u faire une Choſe inutile, ou ui dût déplaire aux *Souverains*,

& aux Perſones de *Qualité*, lorsque j'ai travaillé pour eux à un Traité, qui pût leur aporter les Avantages, que promèt cette Partie de la Mèdecine que nous apelons *Préſervatrice*, afin qu'ils ne fuſſent pas ſi ſouvent obligés de recourir à celle qui n'a que la Guériſon des Maladies pour Objèt. Je prie cepandant les Lècteurs qui daigneront jeter les Yeux ſur cet Ouvrage, s'ils y trouvent quèlque choſe d'utile d'en faire leur Profit; c'eſt tout l'Avantage que je ſouhaite d'en retirer.

Je n'ai rien à dire ici au Sujet du Petit Traité *de la Conſervation de la Santé des Religieuſes*. Ce n'eſt qu'une courte Diſſertation de la même Nature de cèlles qui ont paru au Sujet des Maladies des Artiſans, & ſon utilité n'eſt pas moindre que cèlle de tous ces au-

utres petits Traités-là.

Quant à celui *Des Avantages e la Vie Sobre*, comme il n'eſt as de moi, je crois nécèſſaire de révenir les Lècteurs par un Mot n ſa Faveur; & de dire quèlque hoſe des Raiſons qui m'ont en-agé à le comenter.

Les Ouvrages que j'ai doné jus-u'ici au Public, ayant tous été rés de mon propre Fonds, tout etit qu'il eſt; on peut bien ju-er que ce n'eſt point une Choſe ue je recherche, que de me ren-re *Auteur* aux Dépens des Com-oſitions des Autres, ou même e les comenter. J'ai toujours de-ant les Yeux ce Paſſage de *Sè-èque* dans ſon Epitre à *Lucilius*; ſavoir, qu'il eſt honteux pour n Vieillard, ou un Homme qui oit aprocher la Vieillèſſe de man-ier de la Réputation par des Comentaires; & ce Sage apèle

ces

ces Sortes d'Ecrivains, des *Interprètes Perpétuels*, qui n'arivent jamais jusqu'à être *Auteurs* eux mêmes. Cepandant je me ſuis enfin laiſſé aler à la Tentation d'éſſayer ce Genre d'ècrire; & j'ai choiſi pour cela, ce Traité que *Louis Cornaro*, Noble Venitien, compoſa autrefois. J'y ai ajouté quèlques Remarques en Forme de Comentaires, qui, ſi j'oſe me flater, ſeront non ſeulement une Sorte d'Ornement à cet Ouvrage, mais le rendront ſans Doute encor plus utile au Public. L'*Auteur* fit Imprimer ſon Livre à *Padoue*, l'An 1558. par *Grat. Parchacini*; & en 1699. il fut réimprimé par *Pierre Marie Frambotti* Imprimeur à *Padoue*, qui y lajouta la Lètre, & l'Exortation à la *Vie Sobre*, que l'*Auteur* èrivit autrefois à *Barbarus* Patriarche d'*Aquilée*.

Mais

Mais ces Ouvrages ne ſe trouvant qu'en *Italien*, je formai le Deſſein de les rendre en *Latin*, pour que le Public en pût tirer plus d'Avantage. J'y fus encouragé par les Perſuaſions de l'Illuſtre Mr. *Sprecher* Aleman; qui penſant un Sejour de quèlques Mois qu'il fit à *Padoue*, m'a aſſuré pluſieurs fois, que cet Ouvrage ſeroit tres bien reçn de toute ſa Nation, s'il y paroiſſoit en *Latin*. Ne puis m'empêcher de recognoître ici les èxtrèmes Obligations que j'ai à cette Nation auſſi avante, que Genereuſe; qui a non ſeulement fait un ſi favorable accueil à tous mes Ouvrages, mais apres les avoir honoré de ſes applaudiſſemens, les a prèsque tous réimprimés. En particulier mon Livre *Des Maladies des Artiſans*, que l'on a traduit en Aleman, & celui *De la Conſervation*

de la Santé des Princes, &c. qui a été comblé de Louanges dans les Actes Publics de *Leypſick ;* & l'Edition duquel, qui parut dans cette Ville-là, l'Illuſtre Mr. *Etmuller* a enrichi d'une Préface, & d'une Table fort ample à la Fin.

J'avois enfin achevé de traduire en *Latin*, tous ces Ouvrages que je croyois qui n'avoient encor parlé que leur Langue Naturelle, à ſavoir l'*Italienne ;* & j'y avois été d'autant plus encouragé qu'aprês toutes les Recherches qui m'avoient paru poſſibles, & néceſſaires, j'avois lieu d'être comme ſûr, que Perſonne avant moi n'avoit encor entrepris de le faire ; lorsque j'apris par un Homme auſſi Savant, que Curieux, que ce même Traité ci *Des Avantages de la Vie Sobre*, avoit été traduit en *Latin* par le

:. P. *Leſſius* Jéſuite, Téologien
:es cèlèbre, qui l'avoit mis à la
'in de ſa *Téologie Morale.* Je lus
ette *Traduction* avec beaucoup
e Plaiſir, & je crus que ce ſeroit
ıire Injure à ce Savant Homme,
e vouloir préferer ma *Verſion* à
· Sienne. J'enviſageai auſſi tout
Avantage qui me revenoit de la
)écouverte de la Vérité de ce
'ait. Car il eſt certain que, tout
loigné que cela fût de ma Pen-
:e, quelque Critique, ſans Dou-
:, m'eût taxé de *Larcin*, ou du
ıoins m'eût fait paſſer pour *Se-
i Plagiaire*, & acuſé de m'être
:rvi des plus beaux Tours d'Ex-
rèſſion de ce *Docte Père.* Ainſi
ıi jugé beaucoup plus à propos
: laiſſer ce Traité tel que je le
ouvois, & de l'illuſtrer ſeule-
ent de quèlques *Comentaires*,
ı *Remarques*, ſelon que l'Oca-
ɔn s'en préſenteroit. J'ai em-

 ployé

ployé à cela les Heures que m'ont doné les Vacances, & je l'ofre au Public pour ſon Avantage; & comme un Ouvrage entièrement conſacré à la Louange de la *Tempèrance*, & de la *Vie Sobre*.

TABLE DES CHAPITRES.

CHAPITRE I.

Que la Félicité Publique *dépend entièrement de la Santé du* Prince ; *& qu'ainſi il ne faut négliger aucuns Soins pour la conſerver.* Pag. 1

CHAP. II.

Des Qualités néceſſaires à celui, à qui le Nom, & le Rang de Premier Mèdecin *peut véritablement convenir ; & ce que l'on doit ſouhaiter qui ſe trouve dans la Perſonne d'un Prince.* Pag. 8

CHAP. III.

*Nul Siècle n'a mieux conu que le Nôtre, la Nature de l'Air, & l'*Influence *qu'il a ſur les Corps animés ; il faut donc établir des Règles certaines de s'en ſervir, pour la Conſervation de la Santé.* Pag. 28

CHAP. IV.

Que la Somptuoſité des Tables des Princes *ne s'acorde point du tout avec leur Santé. Que l'on parvient aiſément à jouir d'une Santé parfaite, & à une* longue Vie,

Vie, *en mangeant modérément, & ſimplement. On explique ce que Veut dire* Galien *par l'*Atrition de l'Aliment dans l'Eſtomac. *Qu'il eſt impoſſible, quelque Peine qu'on ſe donne, de déterminer à l'égard de ſoi même la Quantité d'Alimens néceſſaire à la Vie, & à la Santé.* Pag. 47

CHAP. V.

Que les Alimens qui ſont le moins propres à conſerver la Santé, ſont le plus en Uſage chés les Princes. *Quelques Remarques ſur les Premiers, & ſur les Derniers Services;* ou Deſſerts. *Ce que veulent dire,* Hipocrate, *par les* Viandes lègères a l'Equilibre; *&* Ariſtote, *par ſon* Vin Ethique. Pag. 62

CHAP. VI.

Il n'y a Perſonne à qui l'Exercice journalier du Corps ſoit plus néceſſaire qu'aux Princes, *& aux* Grans Seigneurs *pour la Conſervation de leur Santé.* Pag. 87

CHAP. VII.

Que l'Ordre renverſé du Someil, & des Veilles; du Jour, & de la Nuit; ſi fort en Uſage à la Cour, & dans les Mai-

Maiſons des Grans, eſt tres contraire à leur Santé. Pag. 107

CHAP. VIII.

Les Mèdecins des Princes, *& des* Grans Seigneurs, *doivent avoir égard aux Excrèmens naturèls; qui ſont les Rèſtes des* Coctions *qui ſe font dans nos Corps; afin qu'ils ſe faſſent duement; & que l'un ne faſſe point d'Obſtacle à l'autre.* Pag. 122

CHAP. IX.

Quil n'y a rien qui faſſe plus de tort à la Santé des Princes *que les Paſſions de l'Ame; & qu'il n'y a rien à quoi l'Art de la Mèdecine puiſſe moins remèdier.* Pag. 133

CHAP. X.

Jusqu'où doit aler dans un Prince *l'Etude des* Bèlles Lètres, *pour ne pas nuire à ſa Santé.* Pag. 145

CHAP. XI.

La Manière de gouverner la Santé dans un Age avancé. Pag. 161

CHAP. XII.

Que la trop grande Corpulence, *ou Groſ-*

Grosseur des Princes, & des Grans Seigneurs, *n'est pas moins pernicieuse que désagréable.* Pag. 176

CHAP. XIII.

La Manière de Prévenir certaines Maladies, auxquèlles les Princes sont plus sujèts que les Autres. Pag. 192

CHAP. XIV. & Dernier.

La Manière de Gouverner la Santé du Prince, *dans une Expédition Militaire, & dans le* Camp. Pag. 205

L'ART de conserver la Santé des Religieuses. *Pag.* 219.

LES Avantages de la VIE SOBRE. *Pag.* 247.

L'ART

L'ART DE CONSERVER LA SANTÉ DES PRINCES

Et des autres Perſonnes du Premier rang.

Chapitre Premier.

Que la felicité publique depend entierement de la ſanté du Prince, & qu'ainſi il ne faut negliger aucuns ſoins pour la conſerver.

Si de toutes les choſes qui ſont ordonnées pour le bien public des Societez civiles la plus deſirable eſt d'avoir un bon Prince, celle qui la ſuit

immédiatement, & que l'on ne doit pas ſouhaiter avec moins d'ardeur, eſt que ce même Prince jouïſſe non ſeulement d'une vie longue, mais d'une ſanté parfaite. Car s'il eſt permis quelque fois de faire une comparaiſon des petites choſes aux plus grandes; lorsqu'un Pere de famille qui eſt Maître & Prince dans ſa maiſon, ſe porte bien, & qu'il peut vaquer a ſes affaires, ſon Domeſtique en va bien mieux, & ſon Revenu augmente à proportion; mais s'il eſt malade, ſa Maiſon eſt en deſordre, & quelques biens qu'il ait, on le voit peu à peu reduit à la mediocrité, & diminuer ſenſiblement. Il en eſt de même d'un bon Prince; s'il ſe porte bien ſes Sujets ſe tiennent dans leur devoir, & le Gouvernement Politique demeure ſtable; mais ſi ſa ſanté eſt mauvaiſe, ou ſujette a le devenir, le bonheur public ne peut éviter de ſouffrir beaucoup. Ceux que leur devoir n'eſt pas capable de retenir, & qui ne demandent que nouveautez, prennent ordinairement cette occaſion là aux cheveux, pour troubler le repos de la Nation, & exciter des ſeditions, ou des guerres civiles. Tel fut le ſort de la Fran-

France, ſous Charles 9. qui étant presque toujours malade, vit ſon Royaume, auparavant floriſſant, après des convulſions violentes, accablé enfin de malheurs, & dechiré par ſes propres Sujets. Tel fut le ſort de Rheuta Roy d'Ecoſſe, qui ſelon les hiſtoires, étant affligé de maladies continuelles, & presque toujours dans ſon lit, fut enfin obligé de ſe démettre de ſon autorité, & de ſon Royaume : n'ignorant pas le danger ou il étoit de la part d'un neveu, que l'ambition de régner devoroit. Je ne manquerois jamais d'exemples, ſi je voulois rapporter tous ceux qui prouvent clairement, que le repos & la félicité publique ne peuvent s'accorder avec la ſanté foible d'un Prince ; l'hiſtoire de chaque ſiecle nous en fourniſſant abondamment ; mais la choſe parle aſſez d'elle même, puisque non ſeulement dans la Politique, mais auſſi dans la Nature nous voyons tous les jours arriver de pareils accidens. Par exemple, ſi quelque Partie Noble ou principale de notre Corps ſoit, comme il n'arrive que trop ſouvent, dérangée, ou affligée de quelque mal, même aſſez leger,

comme notre Cœur, ou nôtre Cerveau; il faut néceſſairement que l'œconomie naturelle de tout notre Corps ſoit auſſi dérangée. Si l'Eſtomac eſt foible, & ne digére pas bien les viandes, chacune des parties de tout le Corps s'en reſſent, au-lieu que s'il eſt bon, & robuſte, tout le Corps jouït de la même force, & ſe trouve dans la même ſituation. C'eſt donc avec raiſon qu'un ancien Auteur qui a écrit fort élégamment en vers ſur la Medecine, parle ainſi de l'Eſtomac

Qui Stomachum Regem totius corporis eſſe
Contendunt, verâ niti ratione videntur,
Hujus enim validus firmat tenor omnia membra.

Si tout ceci eſt vrai a l'égard des Corps Naturels, devons nous nous étonner qu'il le ſoit auſſi a l'égard des Corps Politiques; & qu'il importe ſi fort que celui qui gouverne les autres jouiſſe lui même d'une ſanté parfaite; c'eſt ce que Platon enſeigne dans ſa République, où il introduit Socrate, qui ſelon l'inſtitution d'Eſculape, défend à ceux qui ne ſont pas d'un temperament

nent ſain, & robuſte, d'entreprendre de gouverner. Si c'eſt donc une verité conſtante, que lorsque le Prince eſt attaqué de maladie & languiſſant, les loix, le repos, & le bonheur public languiſſent auſſi; on ne peut aſſez loüer la digne coutume de l'Egliſe, d'entremêler dans ſon ſervice, les prieres au ſouverain Gouverneur de toutes choſes, pour la ſanté des Princes Chrétiens, & d'ordonner même des jours extraordinaires, & des formules exprès de Prieres Publiques, lors qu'il ſont malheureuſement tombez dans quelque maladie dangereuſe. Les Payens même, voient autrefois cette coutume; & nous ſons que le grand Pompée etant tombé malade de la fiévre dans la campagne de Rome, toute l'Italie ordonna des Sacrifices Publics aux Dieux, pour le recouvrement de ſa ſanté. La tendreſſe & la piété du Peuple Romain pour Germanicus, qu'il eſperoit, comme yant été adopté par Tibere, devoir un jour régner ſur lui, n'eſt pas moins digne d'admiration. Toute la ville étant en grand deüil, & enſevelie dans une profonde triſteſſe, parce quil étoit dangereuſement malade à Antioche; à la premie-

re nouvelle qu'il ſe portoit mieux, tout le peuple fut dans des transports de joye inconcevables, jusqu'a crier par toutes les Places, *Rome eſt ſauvée*, *la Patrie eſt ſauvée*, *Germanicus eſt en ſanté*; & le concours de cux qui alloient au Capitole, offrir des dons, & rendre graces aux Dieux avec des flambeaux ardens, & des Victimes, étoit ſi grand, qu'on fut obligé, comme dit l'Hiſtorien, d'abattre les Portes, parce qu'elles retardoient le paſſage de ceux qui vouloient entrer, mais ils n'eurent pas plutôt apris qu'il étoit mort, que cette piété ſe changea en fureur; les Temples furent inſultez, quelques uns démolis, tous les autels renverſez, & les Dieux domeſtiques mêmes trainez publiquement par les rües, tant leur étoit précieuſe la vie & la ſanté de Germanicus: & cela, parce qu'ils fondoient toutes leurs eſperances d'un bonheur public futur, ſur les excellentes qualitez qui brilloient dans ſa perſonne, ſi un jour, après la mort de Tibere il eut pris en main les rénes de leur Empire.

Puis donc que la ſanté du Prince eſt de ſi grande importance au repos & au bon-

onheur de ſes Peuples, il eſt donc juſte
'avoir un tres grand ſoin de la bien
onſerver; C'eſt un employ qui ne peut
ueres regarder que la Medecine, qui
'apliquant toute entiere à ſe rendre uti-
: au genre humain, n'a pas cru devoir
: contenter de donner des régles, & des
réceptes en general, pour conſerver la
ınté des hommes, ſelon l'age, le tems,
c le lieu, comme a fait Galien en ſes
x livres *De la preſervation de la ſanté*,
c comme ont fait après lui pluſieurs
ıuteurs: ſi elle ne ſe faiſoit encore une
tude toute particuliere de la conſer-
ation de celle de certaines perſonnes
iſtinguées des autres par l'utilité dont
lles ſont au Public. C'eſt ce motif qui a
ngagé pluſieurs Auteurs tres célebres a
ompoſer, l'un, un excellent ouvrage de
ı conſervation de la ſanté des perſon-
es d'Etude; l'autre, un tres beau trai-
é de la conſervation de celle des per-
ɔnnes de Robe; d'autres enfin tant d'au-
es ouvrages auſſi utiles que pro-
ɔnds. Mais ſi c'eſt une choſe pour la
uelle on doive faire des vœnx; que
ı ſanté de certaines gens, ceux par
xemple qui aiment les lettres, & qui s'y
ddonnent,

Qui juris nodos legumque ænigmata ſolvant.

Et ſi pour l'avantage dont ils ſont dans les Societez humaines on les a cru dignes que d'illuſtres Perſonnages ſoit en ſcience, ſoit en éloquence, fiſſent pour eux des traitez exprès ; que penſerons, nous des Princes, qui ſont les Gardiens & les Défenſeurs de ces Loix, & les Colomnes de la félicité publique? Ne ſemblent ils-pas devoir exiger de la Medecine, comme ce tribut de ſes ſoins, & de ſon étude particuliere, pour la conſervation de leur ſanté ; autant qu'il eſt permis à un ſujet de s'intéreſſer pour le bien de ſon Prince?

Chapitre Second.

Des qualitez néceſſaires à celui, à qui le nom, & le rang de Premier Medecin peut veritablement convenir, & de ce que l'on doit ſouhaiter qui ſe trouve dans la perſonne d'un Prince.

C'eſt ſans doute une gloire aux Princes d'avoir à leur Cour, les Hommes les

es plus illuſtres en toutes ſortes de ta-
ens & de ſciences, & non pas ſeulement
les Statües, & des Images qui ne ſervent
ju'à un ſimple ornement ſans utilité; c'eſt
'honneur de ces Cours, qu'on y voye des
urisconſultes, des Philoſophes, des Ma-
hematiciens, des Hiſtoriens, des Poëtes,
t autres perſonnes addonnées aux belles
.ettres; ce n'eſt donc pas ſeulement une
loire, mais une neceſſité, qu'il y ait auſſi,
:s plus celebres Medecins en doctrine,
n experience, & en réputation; par le
:cours desquels ils puiſſent ſe gouver-
er, tant dans leur bonne que dans leur
iauvaiſe ſanté. Les Rois & les Em-
ereurs ont eu dans les anciens temps
es Medecins de poids & d'autorité;
lexandre le grand avoit Philippus Ar-
inus; Cæſar Auguſte eut Antonius Mu-
; & les autres Cæſars & les Roys dans
: tems la, & depuis, ont tous eu les leurs;
l'on en excepte quelques Siecles veri-
blement barbares.

Mais les Princes de nos jours n'ont
is en cela dequoi porter envie au bon-
:ur de ceux des Siecles paſſez: Car la
ledecine, durant le cours d'un ſeul âge
:ſt tellement vüe cultivée, ſoit pour la

Théorie, ſoit pour la Pratique, que s'il étoit poſſible aux Peres ou premiers inventeurs de cette ſcience divine de revenir au monde, ils ne pourroient s'empêcher d'admirer qu'apres d'être demeurée comme inutile, & enſevelie dans une oiſiveté craſſe, pendant un nombre de Siecles, elle ait enfin percé à travers ce nüage épais d'obſcurité, pour arriver au plus haut degré de gloire auquel on puiſſe presque jamais eſperer de la voir. Mais enfin, quoi que le nombre des Medecins d'une doctrine & d'une experience conſommée ſoit tres grand ; il faut encore bien du chois dans celui qui eſt elevé a la dignité de Premier Medecin d'un Prince; & il faut néceſſairement, que celui qui veut être eſtimé dans une Cour, & conſerver à ſa dignité, la vénération, & les égards qui lui ſont dus, ait des talens, & un caractere qu'on ne puiſſe pas facilement rencontrer dans un autre que lui.

Ceux la ne ſont point propres à la charge de Premier Medecin qui au ſortir des premiers élémens de la Medecine, ou même après avoir pris leurs Degrez, s'en vont dans les Villages, ou petites Vil-

/illes, s'exercer pendant quelques an-
ıées; & aux perils de pluſieurs, étant
nfin parvenus a ſavoir quelque choſe
le la Médecine Pratique vont dans
uelque grande ville bien peuplée, ar-
acher, pour ainſi dire des ſavans & des
gnorans, en exerçant la Clinique, la re-
utation d'être conſommez dans la prati-
ue de leur Art. Les Medecins de cet
rdre, quelque choſe qu'ils faſſent n'en
ont encore qu'a la Théorie. Ils ſont en-
érement ignorans des nouveautez, qui
rrivent continuellement dans la Mede-
ine, & ne liſent même aucun Auteur,
i ce n'eſt ceux qui traitent de la Phar-
ıacie, afin d'avoir comme un maga-
in de remedes & de receptes, toujours
rêt, & par ordre; mais un Medecin
ui veut entreprendre de gouverner la
ınté de ſon Prince doit, dans un lieu
ropre, c'eſt a dire, dans quelque Univerſi-
é célebre avoir achevé tous ſes Cours,
ınt en Philoſophie qu'en Medecine; &
vant que de ſe devoüer à la pratique
e cette derniere, il faut qu'il ſe ren-
:rme ſouvent dans le cabinet de quel-
ues Medecins doctes & conſommez;
u'il y liſe les Auteurs tant Anciens que

Modernes, & qu'il ſache qui ſont ceux qu'il doit lire, & ceux qu'il doit laiſſer là, afin qu'il ne perde pas ſon tems inutilement. C'eſt ainſi qu'il doit s'inſtruire, comme nous voyons que font les jeunes Docteurs en Droit, qui ont grand ſoin de conſulter les Biblioteques des plus fameux que Jurisconſultes, avant de ſe preſenter au Barreau, & de plaider aucune Cauſe. Pour qu'un Medecin devienne veritablement ſavant, & qu'il ſoit digne par là, ou de Profeſſer dans les Colleges publics, ou de ſe voir élevé à la dignité de Premier Medecin d'un Prince, il eſt encore à propos que dans ſa jeuneſſe, il voye, les Pays Etrangers, non pas tant par la curioſité de parcourir pluſieurs Provinces, & pluſieurs Royaumes differens ou de connoitre quelles ſont les moeurs, & les coutumes de tous ces Peuples; que pour viſiter & entretenir les plus ſavans & les plus celebres Medecins de chaque endroit, afin d'aprendre d'eux les differentes manieres de gouverner les Malades, & les remedes dont ils ſe ſervent plus communément dans les Maladies: après quoi, chargé qu'il eſt de tous ces differens tréſors, il reviendra chez

lui

ıi les mettre en uſage. Il eſt incroya-
le quel fonds de prudence, de ſageſſe,
: diſcrétion, & de ſcience qu'un Me-
ecin acquiert dans de tels Voyages:
'eſt ainſi qu'Uliſſes *qui mores ho-*
inum multorum vidit & urbes; qui
t non ſeulement les Villes, mais les
lœurs de pluſieurs Nations, paſſa
)ur le plus ſage de tous les Grecs;
ette coûtume véritablement loüable
t aſſez familiere aux Allemans, qui
ſſitôt qu'ils ont achevé leurs Cours
ns les Univerſitez, avant de s'addon-
r a la pratique de ce qu'ils y ont ap-
is, font pluſieurs Voyages; & n'ou-
ient pas nôtre Italie, pour voir ce
'il y a d'hommes illuſtres, que leur
)utation, ou leurs écrits ont rendu
lébres en Medecine; afin de receüillir
leurs converſations les préceptes de
Art, dont ils ont encore beſoin. Nous
ons là deſſus un livre excellent que
homas Bartholin écrivit pour ſon
s Gaſpar touchant les voyages néceſ-
res à un Medecin. C'eſt là qu'il lui
ſeigne comment il ſe doit comporter;
quelles Académies, dans quelles Vil-
il doit aller; quels Medecins il

doit voir ; à quels autres ſavans, dans toute autre ſcience même que la Medecine, il doit rendre viſite ; & il n'oublie pas de lui nommer entre les autres, le fameux Antonius Malabequius, l'honneur de la Toſcane. Un homme donc qui a jetté de pareils fondemens, & qui après cela, ſe retirant dans quelque grande Ville, s'applique ſérieuſement pendant quelques années a pratiquer ce qu'il a vû, autant que ce qu'il a appris, ne peut que s'élever au deſſus des Medecins ordinaires, & il doit s'attendre a être un jour appellé à la Cour. Il faut donc une ſcience extraordinaire dans un Medecin pour qu'il ſoit capable de gouverner la ſanté de ſon Prince ; & ce n'eſt pas un moindre talent, de deffendre une ſanté contre les accidents qui peuvent l'attaquer, en ſecret ou à découvert, que de la rétablir lorsqu'elle eſt perdüe ; de même qu'il ne faut pas moins de courage, d'experience, & de diſcrétion à un General d'Armée qui veut garder une Place contre les ambuches ou les aſſauts de l'Ennemi, qu'à celui qui veut la reprendre après que l'Ennemi s'en eſt rendu le maître.

tre. Que ſi outre ces qualitez dont nous venons de parler, il ſe trouve en avoir d'autres, comme par éxemple, d'être bon Géometre, ſavant Mathématicien, profond dans la Phyſique naturelle, &c. ce lui ſera un très grand avantage, car ſi ces dernieres ſciences ne le font pas meilleur Medecin, il eſt certain que le rendant plus éclairé, il en ſera plus agréable à ſon Prince. En un mot de quelle importance il eſt que la ſanté du Prince ſoit confiée à un Medecin d'un nom, & d'une expérience connüe les Loix le font aſſez voir; car dans le Code *lib.* 9. *tit. de profeſſ. & Med. cap.* 1. il y a cette Clauſe. Qu'on n'éleve point un homme à la dignité de Premier Medecin du Prince, s'il n'a pour lui le jugement & l'opinion des plus judicieux, & s'il n'eſt lui même d'un très-bon conſeil. Et cela de peur que les Medecins vulgaires, mais ambitieux, ne puſſent par aucun artifice, obtenir une Charge ſi éminente.

Quelques uns veulent qu'un Médecin ſoit accompagné d'un bonheur certain, & principalement ceux qui ſont deſtinez a rendre ſervice aux Princes; les

les Medecins du commun favoriſent auſſi; cette opinion du Vulgaire; quelques & prétendent, que ceux qui ſont en effet les plus ſavans & les plus expérimentez ne réüſſiſſent peut-être que parce qu'ils ont ce bonheur; & ſelon la coûtume de ceux qui loüent ſans jugement, ils ne peuvent aſſez élever la ſcience, & l'habileté deſtituées de ce bonheur; en quoi ſans doute ils font voir leur ignorance & leur malice : car un homme eſt aſſez heureux qui a de la prudence, & qui ſe conduit ſelon les régles de l'Art: Tout ce qu'il y a de gens vèritablement ſavans, ſe moquent de cette opinion du Peuple, & en particulier l'Illuſtre & ſavant Jean Crato, Medecin de trois Empereurs; dans l'Epitre Dedicatoire duquel nous liſons ces paroles. „ Avoüons, dit-il, avec Hippocrate, „ que voici le fait; ceux là ſeuls ſem„ blent agir de bonheur qui ont la ſcien„ ce, & ceux-là au contraire être mal„ heureux qui ſont ignorans. Car ſe ſervir „ de la Fortune, c'eſt bien faire, & c'eſt ce „ que font tous ceux qui ſavent bienfai„ re; au lieu que ne pas ſe ſervir de la For-

„ tune

tune, & ne pas arriver à la fin qu'on ſe propoſe, n'eſt autre choſe que malfaire ce que l'on fait. Comment donc, je vous prie, un homme ignorant & ſans expérience, arrivera-t-il heureuſement à la fin qu'il ſe propoſe? Il faut donc que ceux qui veulent que leurs cures ſoient accompagnées de bonheur, commencent par s'attacher aux regles de l'Art, & puis qu'ils ſe remettent à Dieu du ſuccez, & le prient de benir leur travail; C'eſt ainſi que parle Cra-: Si quelqu'un neantmoins dans un s comme celui-ci qui regarde le Made auſſi-bien que le Medecin, veut ablument que l'on attribue quelque choau bonheur, je crois qu'il doit être utôt du côté du malade, puisque c'eſt i qui a tout le bonheur lors qu'il tomentre les mains d'un homme expéri-:nté : de même que celui qui voyage r Mer, & dont le Vaiſſeau eſt conduit r un Pilote habile. Il ſeroit ſans doute)nnant, qu'un homme qui devroit s'emrquer fit plûtôt chois d'un Pilote qui oit rompu dans la navigation, & fort périmenté, que d'un qui ſeroit ſeule-:nt heureux; & que lorsqu'il tomberoit ma-

malade il choiſit plutôt un Medecin qui paſſeroit pour fort heureux dans ſes cures parmi le Vulgaire, qu'un autre qui auroit la reputation d'être très ſavant & très habile dans ſon Art.

Voila ce qui eſt neceſſaire a un Médecin, pour qu'il ſoit capable de Gouverner la ſanté de ſon Prince: Mais il y a d'autres choſes qui ſont auſſi neceſſaires à un Prince qui veut trouver dans celui qu'il a appellé auprès de lui pour être ſon Medecin, & ſur la fidelité, & la prudence du quel il ſe repoſe, ce qu'il a le plus ſouhaité en l'élevant à cette dignité, je veux dire la Conſervation de ſa ſanté. Il eſt donc néceſſaire que le Prince ſe rende de facile accez, & prête patiemment l'oreille aux avis que ſon Medecin croira à propos, ſelon le beſoin qu'il en verra, de lui donner. Il ne ſera pas inutile de rapporter ici un petit extrait d'une formule aſſez longue avec laquelle les Rois Goths, au rapport de Caſſiod. Var. *lib.* 9. avoient coutume de créer leurs Premiers Medecins, lors qu'apres s'être rendus maîtres de pluſieurs Etats en Italie, ils commencerent à ſe défaire de leur férocité natu-

ırelle. „ Ayez dans notre Palais une
, liberté entiére, prenez la confiance
, d'entrer où d'autres n'entrent ordinai-
rement qu'en payant de grandes ſom-
mes ; où les autres obéiſſent comme ſu-
jets, vous, reſpectez vôtre Prince, &
lui donnez vos ſoins. Qu'il vous ſoit
permis de nous fatiguer de jeunes,
d'étre d'avis contraire au nôtre, &
de nous preſcrire, par l'autorité de
/otre charge, pour le bien de notre ſanté,
ce dont nous avons le plus d'averſion.
Enfin ſachez, que vous avez une puiſſan-
ce ſur nous, telle que nous mêmes ne
trouvons pas que nous ayons ſur les
autres. Voila quelle étoit l'autorité que
s Rois qui aimoient leur ſanté accor-
ɔient autrefois à leurs Medecins. Que
s Princes de notre tems voyent donc
ır là de quelle maniere ils doivent
ı agir avec les leurs, & qu'ils ne les
gardent pas tant comme des Sujets,
ıe comme des Amis. Qu'ils oublient
ur rang dans les converſations qu'ils
ɔivent avoir presque tous les jours avec
ıx, même dans le tems que leur ſan-
eſt la meilleure; de peur qu'il ne leur
ſſe de la peine de ſe voir obligez tout

d'un

d'un coup d'obéir à leurs rigoureuſes ordonnances, lors qu'ils viendront à être malades, Car ſi un Medecin n'a pas un accez facile auprès de ſon Prince, s'il ne lui trouve pas cette douceur qui donne de la confiance, & qu'il n'oſe parler que lors que le Prince lui fera quelque interrogation, quand même il remarqueroit quelque choſe dont il ſeroit de ſon devoir de l'avertir, il ne ſe croira pas libre de le faire, & gardera le ſilence: Mais avec quel courage s'acquittera-t-il du devoir de ſa charge, & prendra-t-il garde a tout, bon & mauvais, lors qu'il peut intéreſſer ſa ſanté, s'il ſait qu'il a une liberté entiere de parler, & que ſes avis ſont reçus comme ſalutaires, & crus, tant dans la bonne que dans la mauvaiſe ſanté? Il ne lui faut pourtant pas une prudencc mediocre, & il doit bien prendre garde, ſur tout lors qu'il ſe voit eſtimé & traitté liberalement de ſon Prince, de ne pas tomber dans la faute de ſe croire néceſſaire; comme fit, au rapport de Philippe de Commines, Jacques de Gotries Medecin de Louis XI. Roi de France, qui non ſeulement ſe croyoit neceſſaire à ſon Roi, mais

mais ſachant qu'il craignoit extrémement la mort, le menaçoit ouvertement que ſi jamais il l'éloignoit de la Cour, c'étoit fait de lui ; notre Auteur ajoute qu'il traitoit ordinairement le Roi trés mal, & comme s'il eut été ſon domeſtique; plus il recevoit de liberalitez, jusqu'a avoir dix mille écus par mois de gages, plus la tyrannie qu'il exerçoit ſur ce Prince étoit dure & inſupportable ; & il en vint enfin jusqu'a lui perſuader que ſans lui il ne vivroit jamais huit jours : La libéralité rend un domeſtique fidele, dit un Poëte comique, mais auſſi elle le rend ſouvent inſolent, & toûjours mécontent de ſa fortune. Ce fut ſans doute un bon mot que dit le Roi Antigonus à ſon Medecin (& que nous liſons dans les Apophtégmes de Plutarque) pour lui reprocher ſon avarice; Ce Prince avoit été bleſſé dans un combat, & avoit eu une Clavicule caſſée ; ſon Medecin ne le panſoit jamais qu'il ne lui demandât une récompenſe digne de la libéralité d'un Roi; à la fin ce Prince fatigué de ſes demandes, lui dit un jour, *Pete quod vis, dum Clavim habes* ; (faiſant alluſion du mot *Clavim* la clef à ce-

ce-

lui de *clavicula* qui ſignifie l'un de ces deux os qui, comme une clé ou cheville, joint fortement le *ſternum* a l'Homoplate) demande, dit-il, tout ce que tu voudras, pendant que tu as la clé. Un Medecin de ce caractere perd beaucoup de ſon autorité, & du reſpect qu'on auroit pour lui, lors qu'il demande trop, & trop ſouvent, ou des récompenſes, ou des preſens: non ſeulement il fait voir une avarice inſatiable, mais encore il ruine presque toûjours ſa fortune; car peut-être en auroit-il davantage s'il ne mettoit lui même des bornes à la liberalité de ſon Prince. Ce qui a fait dire ſi élégamment a Horace,

Coram Rege ſuo de paupertate tacentes
Plus poſcente ferent, diſtat ſumas ne prudenter,
An rapias ——

Un Medecin donc, qui eſt deſtiné à une telle Charge, ſoit à la Cour ou dans le Camp, doit ſe mettre dans l'eſprit, qu'il a deux choſes à faire, qui ſont egalement de ſon devoir; la premiere, que toutes les fois que ſon Prince tombe malade, il lui doit donner tous ſes ſoins, & rétablir ſa ſanté par les plus prompts re-

remedes; l'autre eſt que ſi le Prince eſt en bonne ſanté, il doit veiller continuellement à l'y maintenir ; ce qui n'eſt pas de l'office d'un Medecin ordinaire, qui lors qu'il eſt appellé pour traiter un Malade, auſſi tôt qu'il l'a tiré d'affaires, il ſe contente de lui laiſſer quelques avîs pour un plus prompt rétabliſſement de ſa ſanté, & ayant reçu ſon honoraire, s'en va. Mais celui qui eſt Medecin d'un Prince, & par conſequent obligé d'aller tous les jours lui rendre ſes devoirs & lui faire ſa cour, doit examiner avec attention, en quel état ſe trouve à chaque fois ſa ſanté, & ſi elle eſt comme elle doit être : ce qu'il peut connoitre à ſes regards, & à ſa gayeté, comparant un jour avec l'autre; Car la ſanté étant fort étendüe, & capable, comme diſent les Philoſophes, du plus & du moins, il doit éxaminer, ſi elle eſt toûjours au même état, ou bien ſi elle augmente, ou diminüe. Car de même qu'un Medecin ordinaire a fait ſon devoir lors qu'il à prédit que la fin d'une maladie ſeroit, ou bonne ou mauvaiſe, lui il a fait le ſien, & il eſt digne de loüanges, s'il à prévu & annoncé, que la ſanté du Prince

ce diminüe & qu'il eſt menacé d'une prompte maladie, ſi on ne la previent. Il ne s'agit donc ici que de la Conſervation de la ſanté du Prince ; ainſi le premier devoir du Medecin ſera d'obſerver diligemment la diſpoſition & l'état préſent du corps de ſon Maître ; s'il eſt fort naturellement, & s'il a toûjours été robuſte depuis les commencemens, ou bien s'il eſt ordinairement foible : qu'elle eſt ſa ſtructure, ou diſpoſition exterieure ; s'il eſt gras ou maigre ; quel eſt ſon temperament, de combien il s'a proche ou s'éloigne de ce milieu-là, que les Medecins appellent la regle de Policlete ; avec qu'elle promptitude il ſe porte vers ſes fonctions naturelles ; & enfin à quelles Paſſions il eſt le plus ſujet. Il ne lui ſera pas non plus inutile, de s'informer, s'il a reçû le jour de Parens ſains, & robuſtes, & ſi ſes Ayeux ou Biſayeux n'étoient point ſujets à quelque Maladie de famille ; car ces ſortes de maladies demeurent ſouvent cachées pendant des Siecles entiers, & enſuite reparoiſſent dans les arriere Neveux, & paſſent dans eux, comme un héritage de leurs Ancêtres,

Mul-

Multa Pater, Materque valent infundere natis,
Transit & in ſeri jura nepotis avus.

Il faut donc qu'il obſerve toutes ces choſes avec beaucoup d'attention ; car elle ne donnent pas peu de lumieres à un Medecin, & ne lui ſont pas d'un petit ſecours pour lui aider ſoit à maintenir la ſanté de ſon Prince dans ſon état naturel, ſoit à prévoir & à détourner tout ce qni pourroit la detruire, ou même la deranger tant ſoit peu. Un Medecin doit auſſi s'appliquer à entretenir le tempéramment de ſon Prince dans une même aſſiette, s'il ne veut éprouver combien de peines & de ſoins il lui faudroit avoir, s'il arrivoit qu'il le lui fallut traitter dans ſon lit, de quelque maladie dangereuſe ; ou qu'étant attaqué de quelqu'une de ces peines cruelles qu'on appelle Maladies Chroniques, telles que ſont les tortures de la Goute ou celles la Pierre, il fut toujours a crier, ou a ſe plaindre ; & quel desagrément il y a d'être expoſé outre cela à entendre à tout momment

des plaintes de la vanité & de l'inutilité de la Medecine, & bien ſouvent de choſes encore plus déplaiſantes.

Si le Prince donc a quelque amour pour ſa ſanté, qui eſt la choſe du monde la plus précieuſe à l'homme, quel qu'il ſoit, il doit recevoir les avis de ſon Medecin, & avoir la même confiance en lui, ſoit qu'il s'agiſſe de la conſervation, ou du rétabliſſement de ſa ſanté. Car ſi la ſanté eſt chere, même aux plus miſérables, comme nous le voyons tous les jours, combien plus ne le doit-elle pas être à un Prince, qui étant élevé au deſſus de tant de Peuples, & vivant dans l'abondance de toutes choſes, ſe voit reſpecté & & obeï de tous ſes Sujets, comme une Divinité: de ſorte qu'il ſemble n'avoir plus rien à deſirer que la ſanté, pour jouïr avec ſatisfaction de tous ces avantages. Ce n'eſt certainement qu'à un bon Prince, que peuvent convenir les Vers de Pindare à la loüange de la ſanté qu'on trouve dans ſes Olympiques *ode* 5. *ſtr.* 53. les voici ſuivant le Texte Grec.

Τ' ἐσῶν

Υἱῶν Ψαῦμι παρισαμένων, ὑγὶ
Ἔντα δ' ἔστις ὄλβον
Ἄρδει, ἐξαρκέων κτεατέσσι, καὶ
Εὐλογίαν προστιθείς, μὴ ματεῦ
Σὴ θεὸς γεγέσθαι.

Et voici la traduction élégante qu'en à fait le fameux Aloysius Adimar Poëte Florentin.

Che quel che ſano i giorni eſtremi vede,
E con richezze oneſtamente riede,
Cinto di fama a ſaettar l'oblio:
Non brami piu, ne cerchi eſſer un Dio.

Ce qu'un Poëte François a rendu ainſi.

Qui ſain de Corps & l'Esprit fort,
Se voit dans l'extreme Vieilleſſe,
Joindre à beaucoup de gloire une grande richeſſe,
Ne doit, de n'être un Dieu, peſter contre le le Sort.

Chapitre Troisieme.

Nul Siecle n'a mieux connu que le nôtre, la nature de l'Air, & l'influence qu'il a ſur les corps animez; Il faut donc établir des règles certaines de s'en ſervir, pour la conſervation de la ſanté.

Telle eſt la condition de l'Homme qu'après qu'il eſt ſorti des eaux de l'Uterus, où il a vécu neuf mois dans un état où l'eau de la Membrane Amnios lui tient lieu d'Air, & de nourriture en partie, auſſi-tôt qu'il a une fois reſpiré l'Air qui nous fait vivre, il ne peut plus s'en paſſer tout le tems de ſa vie. Telle eſt auſſi la néceſſité de l'inſpiration, & de la reſpiration, que quoique notre vie puiſſe ſe ſoutenir pluſieurs jours ſans alimens, elle ne peut durer même quelques momens ſans Air. Les anciens Philoſophes nous ont laiſſé, leurs remarques ſur les qualitez & les proprietez admirables de l'Air; mais les Curieux qui ont ſans ceſſe recher-

cherché, & tâché de pénétrer depuis dans les ſecrets de la Nature, & ſur tout, ceux de notre ſiecle, nous en ont fourni bien davantage, & de bien plus certaines, comme fondées ſur les experiences qu'ils ont faites eux mêmes. La Machine de Boyle, par exemple, fait voir que l'Air peut aiſément, ou ſe reſſerrer, ou ſe dilater: car dans cette Machine, l'Air étant fort preſſé, & comme dans une priſon fait bien tôt connoître ſa nature avec des violences extremes; ce que nous voyons auſſi dans le *Sclopus Pneumaticus*, *Lacryma Batavica*, ou Larme de Hollande; dans laquelle l'Air eſt ſi fort comprimé, que ſi l'on rompt la plus petite extrémité de cette Larme avec le doigt, ce même Air en ſort avec une ſi grande précipitation & un ſi grand effort, que non ſeulement il fait en ſortant presque le même bruit qu'un piſtolet qu'on tire; mais il briſe, & fracaſſe quelques fois la Larme en pieces, & en grains auſſi menus que le ſable le plus fin. On a inventé depuis pluſieurs autres ſortes de Machines, pour connoître, & éprouver les différentes propriétez qui ſe trouvent dans l'Air, & les divers changemens qui

s'y font. Nous avons le Thermometre, le Barometre, l'Hygrometre, l'Anometre; & enfin le ſavant Chriſtian Wolſius nous a donné ſon Aërometrie, ouvrage excellent, dans lequel ou trouve abondamment tout ce qu'on peut ſouhaiter de ſavoir à l'égard de l'Air. Mais pour revenir à notre ſujet; examinous en quoi l'Air peut contribüer à la ſanté. L'uſage principal que les Medecins donnent à l'Air qui nous environne, eſt, de tempérer par l'inſpiration le ſang trop échauffé dans ſes Poûmons; & cette opinion une fois établie, il eſt certain que quand l'Air eſt rempli de parties nitreuſes, il entretient bien plutôt (par le miniſtere des mêmes Poumons, qui lui ſervent comme de ſoufflets,) ce feu veſtal qui ſe trouve dans la maſſe du Sang, qu'il ne le detruit.

On peut auſſi prouver par l'expérience, que l'Air eſt ſeul le Principe & l'Auteur de la fermentation, tant dans nos Corps, que dans toutes les Subſtances fluides: Par exemple, ſi au tems des Vendanges, on met dans uue bouteille de verre du Moût, ou Vin doux, exprimé récemment d'une grappe fraîche

e, & que l'on bouche l'ouverture où ſort la mouſſe, de ſorte qu'il n'y laiſſe plus entrer d'Air; après pluſieurs mois, on trouvera que ce Moût aura entérement le même goût, que quand on y a mis en premier lieu: Il n'eſt donc pas étonnant que l'Air, qui eſt tout autour de nous, ait tant de pouvoir ſur nos Corps; puisque non ſeulement il entre jusque dans nos Entrailles, par la Bouche, mais qu'il pénetre même jusque dans nos Veines, par les pores extérieurs de la Peau: C'eſt pourquoi Hipocrate *lib. de ſtat.* fait l'Air Auteur & Directeur tous les accidens qui arrivent à nos Corps. En effet ſi nous comparons enſemble les changemens que l'Air cauſe dans le Corps humain, avec ceux qui y ſont cauſez par les aliments, & autres choſes non naturelles, nous trouverons que ceux que l'Air nous cauſe, ſont incomparablement plus grands & plus violens, que tous les autres: car l'Air nous obſede continuellement, & au dedans, & au dehors.

Cùm modò frigoribus premimur, modò
ſolvimur æſtu
Aëre non certo, corpora languor habet.

Il faut donc qu'un Medecin, à qui la ſanté de ſon Prince eſt confiée, prenne bien garde à ceci, & qu'il examine avec ſoin la qualité de ſon tempérament; & puiſque la ſanté ſe peut conſerver dans quelque température d'Air que ce ſoit, qui ne s'écarte pas trop du milieu néceſſaire en toutes choſes il doit tâcher, d'entretenir toûjours dans cette même température, l'Air que ſon Prince reſpire. On recommande presque généralement un Aïr doux & ſerain, comme étant le plus propre à la fermentation, à la circulation du Sang, & à donner plus de vivacité aux Eſprits animaux. Il arrive neantmoius que quelques tempéramens demandent un Air plutôt épais que ſubtil, de ſorte qu'il eſt quelquefois néceſſaire de faire changer des perſonnes d'une ſanté foible, d'un lieu où l'Air eſt naturellement clair & ſerain, à un autre où l'Air eſt épais, groſſier, & obſcur; car, comme dit Celſus, *Peſſimum cælum, quod ægrum facit*; cet Air là eſt très mauvais qui nous rend malades: par la même raiſon celui là peut donc être appellé très bon, qui nous rend la ſanté; En effet, s'il y a des choſes

dans

dans la Nature qui s'accommodent mieux de l'Hyver, au lieu qu'il faut l'Eté à d'autres, pour qu'elles se maintiennent dans l'état qui leur est naturel; il en peut bien être de même de nos Corps: & les uns peuvent s'accommode d'un Air grossier, pendant que d'autres ne se portent bien que dans un Air subtil. C'est pour cela que les Princes ont d'ordinaire des Maisons de plaisance dans plusieurs Provinces de leurs Etats; les unes dans des Lieux bas, les autres sur des hauteurs; & qu'ils vont à l'une ou à l'autre selon les différentes Saisons de l'Année, ou selon qu'il est nécessaire pour la conservation ou le rétablissement de leur santé. Les Pontifes de Rome ont deux superbes Palais dans cette grande Ville, le Quirinal, & le Vatican; qui à cause de leur différente situation, ont une temperature d'Air tout à fait différente: & ils ont coûtume de passer l'Hyver dans le Vatican, & l'Eté dans le Palais Quirinal. Sur quoi je ferai icy une remarque nécessaire, qui est qu'ordinairement, & sur tout dans notre Italie, les Palais des Princes sont bâtis dans les

endroits de la Ville les plus mal ſains; loin des Marchez, & des Lieux ou le Peuple s'aſſemble; & je crois que la raiſon de ceci eſt, que ceux qui les out bâtis les premiers, ont plutôt conſulté leur commodité, & leur plaiſir dans la vaſte étendüe des Iardins, & la beauté de la vüe, que pensé à leur ſanté. Il eſt aiſé de s'imaginer que l'Air qui environne les Villes, doit être obſcur & mal-ſain, à cauſe des Foſſez, & des Egouts, où l'on jette ordinairement toutes les immondices, & que ceux, qui habitent ces endroits, doivent être plus ſujets aux Maladies, par les obſtacles que trouve la tranſpiration, à la quelle rien n'eſt plus nuiſible, qu'un Air imbu de vapeurs impures; comme Sauctorius le prouve très bien, dans ſon livre *de Statica Medicina*; car l'Air environnant les pores de la Peau, & des Glandes, corrompt entiérement, par le moyen de l'inſpiration, & la maſſe du Sang, & les Entrailles. Ce que dit Hipocrate 1°. *Epid.* dans l'hiſtoire de Philiſcus, eſt fort remarquable. „Phi-„liſcus, dit-il, demeuroit près des „Murailles, & il mourut le premier jour

, jour d'une fievre aigüe; & Mercuria-lis dans l'explication qu'il nous a donnée de cette hiſtoire, dit ſur cet endroit, „que ce n'eſt pas ſans deſſein qu'Hi-„pocrate a marqué le lieu où demeuroit „le Malade, & qu'il l'a fait afin que les Me-„decins s'appliquaſſent avec plus de ſoin „à guérir ceux qui habitent ces ſortes „d'endroits, comme ſujets à être atta-„quez de fievres plus malignes; Hipocrate repete la même choſe dans l'hiſtoire huitieme d'*Eraſinus*. „Une groſſe „fievre, dit-il ſaiſit *Eraſinus*, qui de „meuroit auprès du torrent de Boota, „auſſi-tôt qu'il eût ſoupé &c. Il y a environ cinq ans que, demeurant à Modene, pendant un Eté, & l'Automne qui le ſuivit, je remarquai moi même la nature épidemique des Fievres malignes, de l'eſpece des Tierces, qui enleverent pluſieurs de ceux qui demeuroient autour des murailles de la Ville, pendant qu'aucun presque des Habitants qui demeuroient dans l'interieur, & plus vers le milieu, n'en fut attaqué. Il eſt donc très important de reſpirer un Air pur, & ſans aucun mélange de vapeurs qui puiſſent nuire à la ſante; car, moins il

y a de Corpuſcules terreſtres dans l'Air, plus facilement ſe fait la tranſpiration ſi néceſſaire à maintenir notre ſanté en bon état, & plus nos corps ont de liberté pour s'acquiter de leurs fonctions naturelles. Les Princes ont encore aſſez ordinairement trop près de leurs Palais, des Hippodrômes, ou des Ecuries magnifiquement bâties, où l'on voit dans un ordre admirable des centaines de chevaux, nourris, & panſez tous les jours avec un luxe qui fait aſſez connoître la magnificence du Prince à qui ils appartiennent. Telles étoient autrefois les Ecuries du Roy Latin, dont parle Virgile, ou les Chevaux.

Stabant tercentum nitidi in præſepibus altis.

Mais de la litiére, & du fumier de ces Animaux, les Palefreniers font de grands monceaux à la porte des Ecuries, qui demeurans là quelque fois des Mois entiers, commencent à ſe pourrir, & lors qu'on les tranſporte après cela, il en exhale une telle puanteur, que non ſeulement le Palais du Prince, mais encore tout le voiſi

voiſinage en eſt infecté. Il ſeroit donc plus à propos, de faire ôter ces ordures, & de les faire tranſporter ailleurs; chaque jour que d'attendre ſi tard; car l'Air eſt toûjours corrompu par cet amas de pourriture quand on le remüe; & des maladies conſiderables peuvent s'en enſuivre. Bien des gens regarderont peut être comme un Paradoxe ce qu'aſſurent ceux qui éxaminent le Barometre, à ſavoir, que l'Air ſerain ſe dilate d'avantage par le Vent du Nord que le pluvieux par le Vent de Midi; en quoi s'eſt trompé Borellus dans le livre qu'il a compoſé *des mouvemens naturels tendans en bas par leur peſanteur*; où il pretend prouver par la ſeule force du Raiſonnement, plutôt que par l'expérience, que le Mercure remonte dans le tuyau par un tems de pluye, & qu'il redeſcend, lors que le beau tems revient: Probleme, qui a occupé pluſieurs grands Genies à chercher la veritable raiſon d'un tel Phénomene. Sur quoi j'ai eu une diſpute avec Mr. Schelhamer Profeſſeur dans l'Univerſité de Kil, & pour la ſolution de ce problême j'ai écrit cette année ci une lettre au ſa-

vant Mr. *Luc Schræckius* Preſident de la Societé appellée les Curieux de la Nature. Je crois donc que l'Air nebuleux, & qui vient du Midi diminüe la tranſpiration, non pas tant parce qu'il bouche les ouvertures des pores, que par ce que l'Atmoſphere étant trop legere & trop foible, cauſe moins de compreſſion, ſoit au dedans, ſoit au dehors du Corps, & ainſi les fibres ſont plus lâches; mais lorsque l'Air eſt ſerain, & qu'il ſouffle un Vent de Nord, l'Atmoſphere preſſe d'avantage, & tient en état les fibres, qui lors quelles ſont tendües & en action, aident la Circulation du Sang, lequel auſſi de ſon côté eſt tout diſpoſé à produire une tranſpiration facile. On peut de même rendre raiſon, pourquoi *les Vents du Midi font mal à la téte, cauſent des ſurditez & des langueurs & obſcurciſſent la vüe*, ſelon Hipocrate, en diſant, que l'Athmoſphere fait moins de compreſſion, & par conſéquent, les fibres ſont plus lâches, le paſſage du Sang par ſes vaiſſeaux plus lent, & la tranſpiration plus difficile; accidents qui finiſſent, ſi l'Athmoſphere devient plus peſante, par le retour d'un

d'un Tems plus ſerain. De quelle neceſſité eſt une compreſſion de l'Air juſte & moderée, pour la conſervation non ſeulement de la ſanté, mais auſſi de la vie, la Machine Pneumatiqne le montre aſſez bien; car en ayant ôté l'Air, les Animaux y meurent, & les Liqueurs s'y raréfient. C'eſt ainſi que ſur les plus hautes Montagnes la Colomne d'Air n'ayant pas taut de hauteur & par conſéquent la compreſſion qui ſe fait de cet Air, étant moins forte, les Poûmons s'enfleut d'abord, & la reſpiration devient très difficile.

C'eſt avec beaucoup de raiſon que quelques interpretes d'Hipocrate veulent que ſon τὸ θεῖον doive être appliqué à l'Air; car il y a dans l'Air quelque choſe de ſi divin, & de ſi caché, que quoique tant de Philoſophes ayent travaillé jusqu'a préſent à examiner ſa nature & ſes qualitez, il reſte encore bien du champ, & cette matiere presqu'inépuiſable peut encore amplement fournir à d'autres dequoi exercer leurs eſprits. Il faut donc que le Medecin d'un Prince ſoit en ceci fort expérimenté & fort exact; afin qu'autant qu'il

lui

lui eſt poſſible, non ſeulement il connoiſſe la nature de l'Air que ſon Prince reſpire mais qu'il ſache encore l'accommoder à ſon tempérament ; & que ſelon la diſpoſition de ſon Corps à groſſir ou à devenir mince, il puiſſe lui procurer une tranſpiration aiſée. L'avantage que l'on tire de cette pratique a été connüe d' Hipocrate le premier de tous, & il en parle dans ſon livre *Des aliments*, en ces termes ; „ceux qui tranſpirent aiſément „ſont naturellement plus foibles ; mais „plus ſains que les autres, & guériſſent „plus aiſément de leurs maladies ; ceux „au contraire qui ont la tranſpiration „mal-aiſée, avant qu'ils ſoient malades „ſont plus forts, & plus robuſtes que „les premiers, mais c'eſt avec beaucoup „de peine qu'ils guériſſent lors qu'ils le „ſont une fois. Il faut bien remarquer ces paroles d'Hipocrate, que ceux qui ont la tranſpiration facile, ſont plus ſains, quoique plus foibles ; la raiſon en eſt que dans la tranſpiration aiſée, non ſeulement les ſuperfluitez de la troiſieme coction, mais auſſi le plus grand nombre des particules des aliments, qui ſont deſtinées à la nutrition ſortent tou-

outes enſemble des glandes, par les
ores ou conduits excrétoires, qui
nt leurs orifices dans la Peau, & ainſi
ont plus foibles que ceux qui ne tranſ-
irent pas ſi facilement; mais auſſi ils
ont bien plus aiſément rétablis dans leur
remiere ſanté; au lieu que les autres qui
nt la Peau plus epaiſſe, ſont bien plus
obuſtes, mais auſſi leur ſanté eſt bien
lus ſujete aux accidens: c'eſt la rai-
on pour laquelle les Athlêtes des An-
iens qui cherchoient à être robuſtes &
igoureux, afin de donner ſur l'Arê-
e des preuves éclatantes de leur force
ans s'embaraſſer beaucoup de leur ſan-
é, avoient coutume, en ſe baignant,
le paſſer d'un bain chaud, tout d'un
oup à un froid, afin que le Sang &
es Eſprits, que la chaleur du premier
voit attirez dans la Peau, & dans les
)rifices exterieurs, y fuſſent retenus par
: ſecond, & qu'ainſi ces pores ſe refer-
nant par deſſus, la force des fibres,
c des muſcles en fut augmentée. Puis
onc qu'il eſt plus à propos qu'un Prin-
e ſoit plutôt ſain, quoique plus foible,
ue non pas robuſte, mais ſujet à tom-
er malade; & qu'il ſuffiſe qu'il ait aſſez

de

de force pour bien faire ſes fonctions naturelles ; n'y ayant rien d'ailleurs qui nuiſe plus promptement à la transpiration que la froideur de l'Air, qui ſaiſit tout d'un coup ; particulieremens ſi l'on paſſe ſubitement d'un lieu chaud à uu froid ; il faut que le Medecin ſoit fort attenti faux differens changemens de tems, qui ſont ſi ſouvent les occaſions des maladies, & qu'il avertiſſe ſon Prince de ne point s'expoſer ſi librement à un Air froid & plurieux, de peur qu'il n'en arrive une conſtipation ſubite des pores de la Peau, ſi dangereuſe pour la ſanté. Lors done que les Princes vont à la Chaſſe, dans l'Automne, ou dans l'Hyver, on doit leur conſeiller de le faire plutôt dans un tems ſerain que par un Vent de Nord, ou des pluyes incommodes. Il faut auſſi éviter le Vent du Midi qui nuit également a la transpiration, en relâchant les fibres, comme nous avons dit ci deſſus. Et afin que les Medecins trouvent moins de difficulté à perſuader aux Princes ce qu'il ont à leur dire pour leur ſanté, il ſera bon de leur inſinuer la neceſſité d'avoir dans leur cabinet, des Barometres,

res, Hygrometres, Anemometres, & utres inſtrumens de cette nature, afin u'ils puiſſent voir eux mêmes l'effet ue les ſoudains changemens de tems ont ſur l'Atmoſphere ; comment tout l'un coup le Mercure ſe précipitant lans le tuyau du Barometre, prognotique la pluye, & remontant enſuite orsque le Vent de Nord ſouffle, il nnonce le retour du beau Tems. La ompreſſion de l'Atmoſphere ſeroit cependant bien plus ſenſible dans le Barometre, ſi au lieu de Mercure, on ſe ervoit d'Eau, comme le ſavant Boyle lit qu'il l'a experimenté. Dans l'hyer, on pourra avertir les Princes qu'ils e donnent de garde du froid du matin, & qu'ils ſe tiennent chaudement lans leur Chambre, ou dans leur Lit ; e qui ne ſera pas fort difficile à obtenir l'eux : mais l'Eté, on doit auſſi les inviter à ſe lever avec le Soleil, pour repirer un Air plus doux, & raffraîchir eur ſang, ce qu'il ne ſera pas ſi facile le leur perſuader, tant qu'ils feront la Nuit du Jour, & le Jour de la Nuit, comme c'eſt à préſent leur coûtume ordinaire. Le bon uſage que l'on peut faire

re de l'Air ſert donc beaucoup à la conſervation de la ſanté, car comme l'air eſt appellé l'ame du Feu, le Feu ne pouvant abſolument ſubſiſter ſans lui, auſſi l'Air quand il eſt pur, ſerain, & nourri de parties nitreuſes eſt l'ame, & la vie de la Chaleur Naturelle, comme quand il eſt infecté & impur il en eſt l'extinction & la morr.

Il ſera auſſi très à propos pour le bien de la ſanté du Prince, de prendre garde lorsque quelque Maladie commence à courir parmi le Peuple, & d'examiner ſi elle n'eſt pas cauſée par quelque intemperie accidentelle de l'Air, ou bien par l'uſage de quelques alimens corrompus, tels que les Fruits, les Vius, &c. car dans le premier cas, il faut que le Medecin conſeille au Prince, d'aller dans quelqu'autre de ſes Maiſons, dont l'Air ne ſoit pas ſuſpect.

Il faut auſſi remarquer, que ſi la Petite Verole commence à courir parmi les Enfans, il faut juger qu'il y a de l'intemperie dans l'Air; car il arrive ſouvent, comme je l'ai moi même obſervé plus d'une fois, qu'à ces Petites Veroles, ſuccedent d'autres Maladies

Epi-

Epidemiques, telles que ſont les Fievres malignes, les Dyſſenteries &c. Ce ſont là les Préceptes generaux que j'ai trouvé neceſſaire de donner ici ; eu égard néantmoins, comme on le ſuppoſé toûjours, à l'Age, au Temperament, aux Saiſons, aux Pays, aux Coûtumes, & autres choſes qu'il faut néceſſairement conſulter dans un ſujet quel qu'il ſoit ; après quoi viennent l'Experience, & la préférence que l'on doit donner ſur toutes choſes à cet Air là de quelque qualité qu'il ſoit qui s'accorde le mieux avec le tempéramment de la perſonne ; car, comme j'ai dit ci deſſus, *Peſſimum cœlum quod agrum facit* ; cét Air là eſt toûjours très-mauvais qui nous rend malades. Pierre Damien de Ravennes Auteur Eccléſiaſtique, rapporte de lui-même, qu'étant à Rome auprès du Pape Nicolas ſecond, & ſe trouvant presque toûjours avec la fievre ; & jamais de ſanté ; il ſupplia Sa Sainteté de lui permettre de retourner à Ravennes ; mais le Pape, à qui il étoit cher, & qui étoit bien aiſe d'avoir auprès de ſoi un homme de la ſainteté, & de ſa Doctrine, ne voulant pas lui ac-

accorder ſa demande, & lui répondant au contraire ; que l'Air de Ravennes étoit non ſeulement beaucoup pire que celui de Rome, mais qu'il n'y avoit pas même d'Eaux qui fuſſent ſaines, dans tout le Pays ; Pierre Damien déſeſperant de jamais revoir ſa Patrie fit ſur Rome en badinant, les vers ſuivans;

Roma vorax hominum, domat ardua colla virorum,
Roma ferax febrium, necis eſt uberrima frugum
Romanæ febres ſtabili ſunt jure fideles,
Quem ſemel invadunt, vix a vivente recedunt.

„Rome deſtructice du Genre humain, „dompte les plus robuſtes ; fertile en „Fievres, elle regorge des fruits de la „Mort ; Les Fievres Romaines ſont „ſtables & fideles où elles s'attachent ; „lorsqu'elles s'emparent d'un homme, „elles ne le quittent pas qu'il ne ſoit „mort.

Chapitre Quatrieme.

Que la ſumptuoſité des tables des Princes ne s'accorde point du tout avec leur ſanté ; Que l'on parvient aiſément à joüir d'une ſanté parfaite, & à une vie longue en mangeant moderément, & ſimplement. On explique ce que Galien veut dire par l'attrition de l' aliment dans l' Eſtomac. Qu'il eſt impoſſible quelque peine qu'on ſe donne de déterminer à l'égard de ſoi-même la quantité d'alimens néceſſaire à la vie, & à la ſanté.

Entre les Préceptes qui regardent la ſanté, l'on donne avec raiſon la premiere place à celui-ci d'Hipocrate, *non ſatiari cibis*, de ne point ſe raſſaſier ; ans dire néantmoins qu'il faille manger peu. Si l'on veut à préſent accommoder es deux choſes enſemble, on verra que rès ſouvent on pêche du côté du rop, & rarement du côté du trop peu ;

peu ; cependant quoique la ſanté, qui eſt la parfaite diſpoſition, & la force du Corps, demande de la médiocrité, & comme un certain équilibre, elle panche néantmoins toûjours plutôt du côté du peu. Ce n'eſt pas mon deſſein de donne ici une deſcription des tables des Princes, pour le ſervice desquelles on voit tous les jours une multitude de Domeſtiques ſe diſputer de diligence & d'addreſſe ; elles ne ſont pas cachées, au contraire, les peut voir qui veut, & il ſuffit de remarquer tous ceux qui ſont inceſſamment occupez à apporter, & à remporter une infinité de ſortes de mets differens, & les placer tous ſelon leur ordre. Les Anciens ont donné deux Filles à Eſculape, l'une nommée Hygée, & l'autre Panacée ; la premiere qui preſidoit à la conſervation de la ſanté, & l'autre à ſon rétabliſſement. En verité s'il arrivoit qu'Hygée s'approchât aujourd'hui de la table des Princes, je crois qu'elle ne s'y plairoit gueres, & qu'elle quitteroit bien-tôt la Compagnie de ſa Sœur, au lieu que celle-ci y aſſiſteroit comme une des principales Officieres, d'autant plus volontiers, qu'elle

qu'elle y trouveroit toûjours assez de quoi exerçer sa Charge. Mais laissons là la Fable, dont les anciens Mytologistes ne se servoient que pour cacher comme sous des Voiles, ce qu'ils ne vouloient pas qui vînt à la connoissance d'une Populace ignorante ; & avoüons qu'il n'y a point d'Ecüeil plus dangereux pour la Santé des Princes que l'Intempérance dans le Boire ou dans le Manger ; & qu'il faut qu'un Medecin soit fort attentif, & prenne un grand soin d'avertir son Prince, addroitement pourtant, & dans un tems propre à cela, de s'abstenir de telles & telles Viandes, qui peuvent faire le plus de tort à sa Santé.

Il n'y a point d'occasion ou il faille être plus sur ses gardes contre une trop grande Réplétion, qui est la source de toutes les Maladies, que dans une affluence de toutes ces sortes de Viandes, dont les tables des Princes sont tous les jours chargées ; à cause de l'Appétit qu'elles excitent, & qu'elles relevent à tout moment. Les Alimens même, qui sont d'une plus excellente Nourriture, sont sujets fort souvent à faire le plus de mal ; car comme l'on dit ordi-

nairement, & qu'il arrive presque toûjours, *Optimi, corruptio peſſima*, a corruption d'une choſe très bonne eſt très pernicieuſe. L'on ne donne pas le tems à l'Eſtomac de cuire les Cruditez; elles engendrent un faux, & mauvais Chile, qui produit la Cacochimie, ou le désordre, & la malignité dans les humeurs, & de là les Maladies. Le mal s'augmente encore par l'aſſaiſonnenement, & la varieté des Viandes, qui ne peuvent pas être cuites toutes enſemble dans le Ventricule par une même fermentation, & encore moins prendre une même forme par une Mixtion convenable dans les autres Vaiſſeaux. Ainſi le Sang étant corrompu, toutes les fonctions ſont dérangées; & comme dit Hipocrate *lib. de Flatibus*. „de la Corruption du Sang vient celle de tout le Corps. Il en eſt de la diverſité des Viandes comme des Eaux des grands Fleuves, dont Hipocrate ne veut pas qu'on ſe ſerve pour l'uſage commun, les appellant fort à propos diſcordantes; car comme ces Fleuves ne ſont compoſez que de pluſieurs autres qui coulent dans différens Lits, & dans des Pays différens, il faut néceſſairement qu'ils s'imbibent de

par

articules de différens Sucs, ou de Minéaux, qui ne peuvent s'accorder fort bien ensemble, & qui par conséquent ne sont point propres aux usages de l'Homme. Il en est de même dis-je du Sang, qui lorsqu'il se fait de tant de particules monstrueuses de differente espece ne peut jamais sans violence, arriver à une Mixtion parfaite, si nécessaire à la nourriture des parties, & à l'acquit des fonctions naturelles. Horace a excellemment décrit ceci dans ses Satyres *lib. 2. Sat. 2.* ℣. 73.

——— *Nam cum simul assis*
Miscueris elixa, simul conchylia turdis
Dulcia se in bilem vertent, Stomachoque tumultum
Lenta feret pituita ———

C'est là sans doute ce qui causa à l'Empereur Commode une Colique violente, que Galien, qui fut appellé pour le guérir nomme une Attrition des Alimens dans l'Estomac. On lira sans doute avec plaisir l'Histoire que Galien rapporte lui-même de cet Accident, dans son Livre *De Præcogn. ad Posthum.* Après que

l'Empereur eût pris ſon repas il fut ſaiſi d'une grande douleur d'Eſtomac, ſon Poûs étoit petit, & vîte, de ſorte que deux Medecins, qu'on avoit appelez, lui croyoient de la fievre. Galien ayant été auſſi appellé la Nuit, & examinant le Poûs de ce Prince, dit fort librement devant les autres Medecins, que l'Empereur n'avoit pas de fievre, & que ſon mal n'étoit qu'une Attrition dans le bas Ventre; & l'Empereur lui demandant la deſſus, ce qu'il falloit donc faire? Il répondit en ces termes; „Si c'étoit „quelque autre qui eût ce mal là, je lui „ferois boire, ſelon ma coûtume en ces „occaſions, du Vin avec du poivre; mais „vous autres Princes à qui les Medecins „ont accoûtumé de donner les Remedes „les plus ſûrs, il ſuffira de vous mettre „ſur le Nombril de la laine trempée „dans de l'huile de Nard le plus chaud „qu'il ſera poſſible. l'Empereur, prenant plaiſir à la maniere libre de parler de Galien, renvoya les autres Medecins fit mettre du poivre dans du bon Vin, le bût, & fut auſſi-tôt guéri.

Il y a dans Macrobius une excellen- « diſpute ſur le ſujet du Souper, comme

ne c'étoit la Coûtume parmi les Savans
el'Antiquité d'égayer & d'exercer leurs
Eſprits ſur pluſieurs Queſtions : celle-ci
ſt entre Dyſarius & Euſtachius, dont le
remier tient pour la ſimplicité des Ali-
nens, & l'autre plus partiſan de la
onne Chere ſe declare pour la variété
es Viandes dans un Repas. Il faut
voüer que leurs Argumens à tous deux
nt beaucoup de ſubtilité; mais ceux de
)yſarius ſont les plus ſolides ; entre au-
es celui ci : „Puis qu'il n'y a pas un
Medecin, dit-il, qui ne préſcrive plutôt
à un fébricitant des Viandes ſimples,
& légeres, qu'une variété qui lui nui-
roit, pourquoi donc cette même ſim-
plicité dans les Alimens, qui eſt ſi né-
ceſſaire à rétablir la Santé, ne le ſera-
t-elle pas auſſi à la conſerver. On peut
outer à cela que la chaleur de l'Eſto-
nac ne peut jamais être aſſez forte,
our diſſoûdre une ſi grande variété d'A-
mens ; & qu'il faut néceſſairement
u'elle digere l'un plutôt, l'autre plû-
rd, & quelqu'un point du tout ; par
même raiſon que nous voyons quel-
ues diſſolvans, par exemple, l'Eau For-
, diſſoûdre quelques Métaux, & ne

pas toucher aux autres. Il faut dire la même choſe de toutes ces ſortes de Vins qu'on à coûtume d'apporter de tant de Pays différens, pour en faire l'Ornement, ou les Délices des tables des Princes. Une expérience journaliere nous fait voir que de boire de pluſieurs ſortes de Vins, quoi qu'en petite quantité, ennivre tout d'un coup; il ſe fait, pour ainſi dire, une Guerre entre eux comme entre les Pays, & les Nations d'où ils viennent: & même il eſt certain qu'on ſe trouve toûjours mal de boire de deux Vins, quoique tous deux du même Terroir; & l'on eſt ordinairement dérangé pendant pluſieurs jours, jusqu'a ce que l'Eſtomac ſe ſoit accoûtumé à cette variété.

Mais ce n'eſt pas plus la multiplicité des Alimens, que ce qui peut s'y trouver d'étrange & d'extraordinaire, qui eſt veritablement contraire à la ſanté des Princes. S'il arrive qu'on trouve ou qu'on prenne quelque Animal monſtrueux & rare, ſoit ſur la Terre ou dans les Eaux, auſſi-tôt il eſt deſtiné pour la table du Prince; on le lui envoye comme un Préſent. Ce Turbot, par

ex-

exemple, d'une grandeur ſi prodigieuſe, qui fut pris dans la Mer Adriatique, & que la Barque pouvoit à peine porter; aucun des Pêcheurs n'oſa le réclamer comme ſa Priſe: il fut envoyé à Domitien; & cet Empereur fit aſſembler auſſi-tôt ſon Conſeil, pour que chacun le conſiderât & en dît ſon ſentiment. L'un dit, que ce Poiſſon s'étoit laiſſé prendre exprès, pour faire honneur à la table de l'Empereur: un autre qu'une Bête qui venoit ainſi de loin, & qui étoit inconnüe dans ces endroits là ou on l'avoit pêchée, annonçoit au Prince un grand & illuſtre Triomphe: d'autres enfin dirent qu'il falloit un nouveau Promé-thée, pour faire un Plat proportionné a la grandeur. C'eſt à ce Turbot que Juvenal fait alluſion dans ſes Satyres, lorſqu'il dit;

Quidquid conſpicuum pulchrumque ex æquore toto eſt,
Res fiſci eſt, ubicunque natat; donabitur ergo.

C'eſt en cela que parût l'intempérance des Céſars, dans ces Soupers auxquels

on donna pluſieurs noms; comme ceux d'Auguſte, & de Vitellius, qu'on appela *Dodécatheos*, dans l'un desquels Auguſte & les autres conviez furent tous vêtus en Dieux, & en Déeſſes; & entre les autres Auguſte lui même y parût en Apollon. Ce Banquet, quoique fait dans un des endroits les plus reculez du Palais, n'échapa pourtant pas à la pénétration du Peuple; car une grande Cherté de Vivres étant ſurvenüe peu après dans la Ville, on entendit crier de tous côtez que les Dieux avoient mangé, & conſumé tous les Blés. Il y avoit ſans doute dequoi ſe moquer d'un tel Repas dans lequel, habillez en Dieux, ils ſe rempliſſoient d'une ſi grande diverſité de Viandes; au lieu que les Dieux qu'ils vouloient repréſenter ſe nourriſſoient ſeulement d'Ambroſie, & de Nectar; & ſe contentoient ſouvent d'une ſeule ſorte de Boiſſon; comme dit Martial, parlant du Maître des Dieux;

Jupiter Ambroſiâ ſatur eſt nunc nectare vivit.

Les tables des Princes d'aujourd'hui ſont

ont à la verité exemptes de ces ſortes le vanitez: néantmoins, comme elles ont toûjours ſervies avec une Magnificence convenable, & ſouvent aux yeux du Public; il eſt difficile qu'un Prince, quelque ſobre qu'il ſoit de ſon naturel, puiſſe ſe commander tellement qu'il ne faſſe jamais de tort à ſa ſanté, en mangeant de ces choſes qui lui paroiſſent nouvelles, & qui, par cette raiſon là, ne ſont presque jamais ſaines.

Il faut donc que le Prince évite également la quantité, & la multiplicité des Viandes, & qu'il ſouffre patiemment l'importunité de ſon Medecin lorsque dans le tems qu'il joüit d'une ſanté parfaite, il lui interdit quelques fois l'uſage de certaines choſes qui pourroient gratifier ſon Goût. Je n'approuve point du tout ici cet endroit de Celſus, où il dit, „qu'un homme qui eſt en ſanté, & ſon Maître, ne doit s'aſtraindre „à aucunes Loix, & n'a beſoin, ni de „Medecin, n'y de Remede. J'avoüe que cela peut être vrai pour une Perſonne privée; mais non pas pour un Souverain; dont la bonne ſanté eſt l'appui du bonheur, & du repos de ſes Peuples;

& dont la Maladie eſt toûjours accompagnée, ou ſuivie de pluſieurs Calamitez. Il devroit ſuffire ici de conſiderer, pour la déffence, tant de la ſimplicité, que de la petite quantité d'Alimens, que ceux là vivent ordinairement plus long tems, & ſont moins ſujets aux Maladies, qui menent une Vie ſobre & frugale, que ceux qui ſe livrent tous entiers au Luxe & à la Débauche. La preuve de ceci ſe trouve dans les Hiſtoires des Anachorêtes, qui ne vivant que d'Herbes, de Racines, & de Datès, prolongeoient leurs Vies jusqu'à des Siecles entiers; comme S. Jérome le rapporte de Paul Hermite, & d'Antoine Abbé. Les derniers Siecles ont auſſi vû une preuve de cette verité dans l'Illuſtre Louis Cornaro, Noble Venitien; qui étant averti que la même choſe lui arriveroit qu'à ſes Freres, que la Débauche avoit emporté dans la Fleur de leur âge, s'il n'abandonnoit cette maniere de Vie Luxurieuſe qu'il menoit à leur exemple; ſe retrancha, vecût ſobrement, fut toûjours ſain & robuſte, tant de Corps, que d'Eſprit; & enfin à l'Age de 96. ans mit au jour un Livre excellent *Des avantages de la vie ſobre*, digne

certai-

rtainement d'être commenté ; ce que ıi deſſein de faire un jour, ſi je puis en ouver le tems au milieu de mes autres ccupations. *

Mais quels doivent être les Alimens ; n quelle quantité, & en quel tems il es faut prendre ; ou quel Ordre il faut garder en les prenant ? Il n'y a je crois perſonne qui puiſſe en donner des régles certaines ; tant il y à de ſortes d'Alimens, de Temperamens, de Diſpoſitions naturelles, de Pays, de Coûtumes, & d'*Idioſyncraſies*, ou Natures particulieres : de ſorte qu'il faut plutôt conſulter l'Expérience là deſſus, que les Livres. Il faut éprouver l'Eſtomac ; car il eſt le Iuge naturel de ces différences : & il faut préférer ces Alimens là qui ſe digerent facilement, qui ſe diſtribuent plus promptement, & qui nourriſſent mieux le Corps, à ceux qui ne feroient pas les mêmes effets, ou qui en auroient de contraires. Ainſi les ſignes de la bonté d'un Aliment, du moins en général, doivent être une

* *L'Auteur a fait depuis ce qu'il promet ici, & c'eſt le traité qu'on a joint à celui ci, & dont on n'a fait qu'un Volume.*

bonne & facile digeſtion, & une prompte nourriture. Voici ce que dit le Poëte Lucrece la deſſus, qui eſt digne ſans doute d'être remarqué.

Nec multum refert, quo victu corpus alatur,
Dummodo, quod capias, concoctum dicere poſſis
Artubus, & Stomachi humectum ſervare tenorem.

Il y a dans les Auteurs pluſieurs choſes, touchant les Alimens; mais je n'en prendrai que ce qui vient le mieux à mon ſujet, ou qui peut paroître le plus utile à la conſervation de la Santé des Princes, & des Grands Seigneurs: ce ſera la matiere du Chapitre ſuivant. Il faut donc encore une fois, pour conſerver ſa Santé, s'éloigner également d'une trop grande quantité d'Alimens, qui engendre les obſtructions, & cauſe les Maladies, & de l'autre extrémité, je veux dire, de ſe laiſſer manquer du néceſſaire, & de ne pas prendre la quantité de nourriture ſuffiſante à la ſuſtentation de la Nature. Je ne veux pas dire par

là

là que l'on prenne les Alimens par poids & par meſure, mais ſeulement dans une ſi juſte proportion, que l'Eſtomac ne ſouffre pas pour être trop chargé, & trop tendu; quoique ſouvent il arrive que dans les allèchemens que nous cauſent les différens aſſaiſonnemens, en flattant notre Goût, nous ne nous appercevions de cette peſanteur d'Eſtomac, qu'après que nous ſommes hors de table. S. Auguſtin *lib. contra Jul.* Parle fort éloquemment de cette difficulté de ſavoir au juſte la quantité d'Alimens qu'il nous faut, en ces termes; „Lorsque „nous en venons à uſer de cette volupté „néceſſaire, par laquelle nous redon„nous à notre Corps les forces qu'il à „perdües; Qui eſt-ce qui peut trouver „des paroles capables d'expliquer, pour „quoi il ne nous eſt pas permis de ſen„tir la juſte meſure de ce qu'il nous faut; „& que nous nous cachons à nous même, „& paſſons par-deſſus cette juſte pro„portion ſi néceſſaire à la conſervation „de notre Santé; en nous jettant ſur ce „qui nous peut être agréable; & nous „imaginant que ce qui nous ſuffit, n'eſt „pas néantmoins aſſez; pendant que nous

„ nous laiſſons volontairement entrainer
„ à ces allèchemens ; & croyons que
„ nous agiſſons encore pour le bien de
„ notre Santé, lors qu'effectivement
„ nous ne penſons qu'à ſatisfaire notre
„ appétit déreglé ? C'eſt ainſi que la Cu-
„ pidité ignore les bornes de la Neceſ-
„ ſité.

Chapitre Cinquieme.

Que les Alimens, qui ſont le moins propres à conſerver la ſanté, ſont le plus en uſage chez les Princes. Quelques remarques ſur les premiers, & ſur les derniers Services, ou Deſſerts. Ce que veut dire Hipocrate par les Viandes legeres a l'Equilibre, & Ariſtote par ſon Vin Ethique.

Ce qui eſt dans la bouche de tout le monde.

——— *Video meliora, proboque,*
Deteriora ſequor ———

Je vois bien ce que je devrois faire, je l'ap-

'approuve même dans les autres, mais e ne laiſſe pas d'aller toûjours mon même chemin, & de prendre le pire, s'il eſt plus ſelon mon Goût ; nous le voyons arriver dans tous les Repas, & encore plus à la table des Princes, car les Alimens qui ſont les plus propres à entretenir la Santé, & qui ſont la meilleure nourriture & la plus naturelle, ſont entierement négligez, & l'on s'attache à tout ce qu'il y a d'Exotique, ou d'Etranger ; & à tout ce qui eſt le plus difficile à digérer, ou plus plein de mauvais Sucs. Le Pain l'Aliment de tous le plus commun, (ſi nous en exceptons quelques Peuples Sauvages des extrémitez du Septentrion, que l'on nomme *Ichthyophagos*, & qui ne vivent que de Poiſſon,) eſt à la vérité le premier ſervi ſur la table des Princes ; mais c'eſt auſſi ce que l'on regarde le dernier ; quoique blanc, tendre, mollet, pétri de la farine la plus fine,

Tener, niveus, mollique ſiligine factus,

les Princes en mangent tres peu, & tout

tout ce qu'ils en font eſt d'eſſuyer quelque fois leur doigts avec la mie, pour ne pas ſalir leur ſerviette. Il ſe conſume en général très peu de Pain dans tous les Repas ſervis avec abondance, & delicateſſe; nous liſons même dans les Pages ſacrées, que lorsque notre Sauveur eût raſſaſié près de quatre mille hommes, avec ſept Pains d'orge, & cinq Poiſſons, ſes Diſciples emplirent douze Corbeilles des morceaux de Pain qu'ils laiſſerent; mais il n'y eſt pas dit un mot des Poiſſons.

Si les dons de la Laborieuſe Céres ſont une ſi petite figure ſur les tables des Princes, il n'en eſt pas de même de ceux de Bachus, de Pomone, & de la Chaſſereſſe Diane: Cependant le Pain qui eſt fait de bon froment, düement fermenté avec de bon levain, & cuit dans une juſte proportion, eſt un Aliment bien plus nourriſſant & plus ſolide, que quelqu'autre ſorte de Viande que ce ſoit; en ſorte que les hommes en peuvent entierement vivre, accompagné de l'Eau ſeule pour leur Boiſſon:

— *Sa-*

——— *Satis eſt populis fluviusque Ceresque.*

dit Lucain ; & Juvenal, *Panem & Circenſes.* Car ou les Peuples ont le Pain, & les Spectacles en abondance, comme avoient autrefois ceux de Rome leur vie eſt toûjours heureuſe. Nous vîmes bien en 1709. que c'eſt le dernier malheur des Peuples, lorsque les Vivres viennent à manquer. Dans quelle affliction ne fut pas prèsque toute l'Europe, lors qu'après l'Hiver terrible qu'il fit, & dont les Siecles paſſez ont à peine vû le ſemblable, tous les Blés & tous les fruicts de la Terre parûrent gelez, pourris, & détruits jusqu'à la racine, quelqu'avant quelle fût dans la Terre ? Ce fut alors que les bons Princes n'eurent pas de ſoins plus precieux, que de faire venir des Blés des autres Royaumes, à quelque prix que ce fut, pour en nourrir leurs Peuples, comme un Pere de famille nourrit ſes Enfans.

Nous liſons un fort bel endroit dans Hipocrate, *lib.* 1. *Epid. Imbecilliora cibaria brevem vitam habent* ; il eſt un peu

peu obſcur, mais Valeſius là fort bien interpreté en deux manieres. Il dit d'abord, que par les Alimens foibles on doit entendre ceux qui ſont de facile digeſtion, parce qu'ils reſiſtent peu à la faculté commüante; & ainſi ils ont une Vie courte, parce qu'ils demeurent peu dans le Corps: ce qui eſt confirmé par cet Aphorisme; *Des choſes qui nourriſſent le plus vîte, les excrémens ſe font auſſi le plus vîte.* L'autre interpretation eſt, que de prendre trop peu d'Alimens, abrégeroit la Vie. C'eſt le ſentiment général de tout le Monde que le Pain engendre dans le Corps un ſuc excellent, qui étant ſemblable aux parties qu'il rencontre s'y joint & s'y tient ferme; & ainſi c'eſt l'Aliment le plus propre à entretenir la Santé & à prolonger la Vie: à quoi il faut ajouter que le Pain bien cuit, tel qu'eſt celui dont on ſe ſert ſur Mer, n'eſt pas ſi ſujet à ſe corrompre que toutes les autres ſortes d'Alimens, ſoit Chair, Poiſſon, ou Fruit; quoique gardé un tres long tems il ne ſe pourrit point, & ne perd point ſa vertu nourriſſante. Ainſi donc le Pain qui eſt le premier, & le plus ordinaire Aliment

nent de l'Homme, & même, de nos Premiers Peres ſelon l'opinion de quelques uns, ſur cet endroit de l'Eccleſiaſtique; *Le commencement de la vie de l'Homme c'eſt l'Eau, le Pain, & le Vêtement*; doit être préferé à tous les autres Alimens, & mêlé avec eux; ce qui a obligé ſans doute Vetulamius d'appeler le Pain l'Appui & le Soutien des autres Alimens. Ce ſera donc un conſeil ſalutaire à donner aux Princes, de manger du Pain dûement apprêté, de le mâcher, & de le mêler avec les autres Viandes, en une juſte proportion, lors qu'il eſt imbu de Salive, qui eſt ce qui le fait fermenter dans l'Eſtomac. Il n'eſt pas cependant néceſſaire de garder cette proportion que préſcrit M. Ficinus dans ſon traitté. *De la conſervation de la ſanté des gens d'Etude lib.* 2. Où il dit, „mangez deux fois la quantité de Pain „en bûvant, trois fois autant en man„geant de la Chair, & quatre fois au„tant en mangeant du Poiſſon; cela eſt fort ingénieuſement dit; mais des préceptes de cette nature ne ſont pas pour des Perſonnes ſaines, ni pour ceux qui ſont Maîtres de leurs actions, comme ſont

ſont les Princes ; Auguſte avoit coûtume de manger un morceau de Pain trempé dans de l'Eau froide, pour ſe désalterer : quelquesfois auſſi il mangeoit une once de Pain, & quelques raiſins ſecs ; mais au reſte, il mangeoit avant ſouper, en tout tems, & en tout lieu, ce que ſon appétit lui ſuggéroit, au rapport de Suetone. Les Chymiſtes ſavent bien la quantité de parties ſpiritueuſes qu'il y a dans le Pain bien fermenté, puisqu'ils tirent tous les jours de ſon Acide, des Eſprits volatils, & un Baûme excellent pour rêtablir la chaleur de l'Eſtomac, lorsqu'elle commence a diminüer : ſur quoi Etmuller merite qu'on le liſe. Auſſi, de tous les Alimens, n'y en a-t-il point de plus naturel à l'Eſtomac : perſonne en ſanté ne s'en dégoûte, & c'eſt même un ſigne de convaleſcence dans un Malade, lorsqu'il commence à ſouhaiter du Pain. Nous remarquons qu'il y a des Perſonnes qui ne boivent point de Vin, & d'autres qui à cauſe de quelque *Idioſin craſie* ont de l'averſion pour certaines choſes comme le Fromage, les Pommes, les Oeufs ; &c. mais on n'a encore jamais

mais vu perſonne en avoir pour le Pain; excepté une jeune Fille dont La Bruyere parle, qui demeuroit dans la Flandres Françoiſe, & qui avoit déjà ſeize ans, qu'elle n'avoit pas encore goûté de Pain: & bien plus, ſi on en mettoit tant ſoit peu dans du petit Lait, qu'elle aimoit extraordinairement, le Cœur lui ſoulevoit auſſi-tôt. Il eſt auſſi conſtant pas pluſieurs exemples, que ceux qui mangent peu de Pain, & beaucoup de Chair, ont l'Haleine très-mauvaiſe; Car la Chair qui de ſa nature eſt ſujette à la corruption, ne peut engendrer que des ſucs de la même eſpece, ſi l'on en mange trop. Le même La Bruyere *lib. 6. De re cibaria*; dit, qu'il a connu un Homme de Lettres, qui avoit cette mauvaiſe habitude là de manger très peu de Pain, & beaucoup de Viande, & qui par là eut en peu de tems l'Haleine extremement forte: auſſi n'y-a-til point d'odeur d'aucun autre Aliment, qui ſoit plus agréable, & qui rejoüiſſe plus les Eſprits, que celle qui ſort du Pain nouvellement tiré du Four.

Quant à l'uſage de la Chair, je dirai, que les Princes n'y font que trop

ſouvent de grandes fautes ; ſur tout lorsqu'ils mépriſent, & rejettent celle des Animaux domeſtiques ; pour s'attacher à celle des Animaux ſauvages, ou Bêtes Fauves ; qui non ſeulement eſt entierement contraire au tempérament de l'Homme, mais auſſi de dure Digeſtion : telle eſt la chair des Cerfs, des Daims, & celle du Sanglier, qu'un Satirique pour ſe moquer du luxe de ſon Siecle à appellé *Un Animal né pour les Feſtins*. Admirons ici ce que dit Hipocrate *lib. 2. de Diæta :* & comment-il condamne les Viandes lourdes dans la Bouche ſelon l'Equilibre. P. Martian expliquant cet endroit aſſez obſcur, dit, que toutes les Viandes de la peſanteur desquelles on s'apperçoit dans la Bouche, & qui eſt clairement telle ſelon l'Equilibre ; c'eſt a dire, qui dans une égalité de volume, eſt plus peſante que les autres, eſt auſſi de plus dure Digeſtion, & plus peſante ſur l'Eſtomac : on doit comprendre ici la chair de Bœuf, de Cochon, & de Liévre ; les Poiſſons de Mer ; qui ont la chair dure & ſerrée, & les Oiſeaux Aquatiques ; qui demandent tous un Eſtomac plus fort, & des

Corps

Corps qui faſſent plus d'Exercices que les Princes n'en font ; eux qo'on peut dire qui paſſent plutôt leurs Vies dans l'Oiſiveté, que dans un veritable travail. On peut ajouter que les Viandes de cette eſpêce, qui ſont plus peſantes, à proportion du même volume, que les autres, comme l'obſerve Sanctorius *In Statica* ; ſont d'une Tranſpiration plus difficile que celles qui ſont plus légeres, telle qu'eſt la chair de Mouton. C'eſt pourquoi ces ſortes d'Alimens, quoique plaiſans au Goût, engendrent des ſucs plus épais, & ne cauſent dans les Vaſes du Sang, & dans les Viſceres, que des Obſtructions nuiſibles. C'eſt aſſez la coûtume de garder pluſieurs jours ces ſortes de Viandes qui ſont naturellement dures, pour les attendrir ; & même de les mettre pendant l'Eté dans des Glacieres pour les macérer, & les faiſander, comme on dit : mais cela ne doit point être approuvé ; car fort ſouvent, la Corruption qui ſurvient cauſe un Déchet conſiderable dans les Eſprit Vitaux : c'eſt pourquoi Hipocrate, *lib. 2. de Diæta*; approuve davantage les Viandes les plus fraîches, commeétant les plus

ſaines ; & pour les rendre plus tendres on peut ſeulement les preſſer, ou les battre, afin que leurs fibres étant rompües elles deviennent plus molles, & moins rebelles à la Chaleur digeſtive de l'Eſtomac.

On doit auſſi préferer entierement la chair des Oiſeaux qui volent librement où ils veulent, & qui paiſſent dans des endroits qui leur ſont naturels, à celle de ceux qu'on engraiſſe exprès; parce que faiſant moins d'Exercice ; ils ſont auſſi moins ſains. En un mot on recommande la chair de ces Animaux là qui tranſpirent aiſément, telle qu'eſt le Mouton ; ſelon la remarque de Sanctorius : & toutes les Viandes qui ſont plus légeres en proportion avec d'autres, comme dit Hipocrate ; qui contiennent plus de parties Aëriennes, & dont les Princes doivent plus ſouvent uſer, à cauſe qu'ils ne font pas ordinairement grand Exercice ; afin de ſe procurer à eux-mêmes une Tranſpiration plus naturelle. Il ſeroit donc néceſſaire que les Grands, ſur les tables desquels on voit une ſi grande affluence de toutes ſortes de mets, fuſſent inſtruits, ou par leur Me-

Medecin, ou par leur propre expérience, quelles ſont les Viandes qui chargent trop l'Eſtomac, & quelles ſont celles qui ſont les plus faciles à digérer, & qui paſſent le plutôt; ce qui doit auſſi s'entendre des Poiſſons, puiſqu'ils en uſent à certains jours & dans certaines Saiſons de l'Année; de peur qu'après être déjà raſſaſiez lors qu'ils viennent au Deſſert, ou comme les Anciens diſoient, aux Services froids, ils ne ſe chargent trop, & ne s'incommodent.

Poſtquam exempta fames & amor compreſſus edendi,
Fit ſtrepitus, menſæ ſuccedunt dona ſecundæ.

C'eſt ainſi que les premiers Services étant enlevez, on aporte avec promptitude une abondance d'autres Mets, tous capables de ranimer la Volupté, ou de réveiller l'Appétit: & l'on voit en un moment, par une nouvelle Métamorphoſe, la Table encore mieux couverte, & mieux ordonnée qu'auparavant. Cette Coûtume là eſt fort ancienne chez les Princes, particulierement en Italie, qui eſt l'Endroit du Mon-

de le plus fertile en tout ce qui peut entretenir le Luxe : & les Tables d'Italie & de Syracuſe ont toûjours été très fameuſes, pour l'Abondance, & la Delicateſſe: de ſorte qu'elles paſſoient même en Proverbe, toutes les fois qu'on vouloit parler de quelque Table, ou le Luxe, & la Magnificence régnoient. Platon dans ſon Epitre *Aux Parens de Dion*, dit que cette Vie delicieuſe que l'on paſſoit aux Tables, & dans les autres Voluptez d'Italie & de Sicile, ne lui plaiſoit point: & Athenæus, dans ſes *Deipnoſophiſtes*, entre les Tables ſomptuenſes & abondantes en toutes ſortes de délices, remarque en particulier celles d'Italie.

C'eſt donc à ces ſecondes Tables, où l'on voit dans un Ordre ſi régulier des Baſſins & des Piramides de toutes ſortes de Fruits inconnus même quelque fois au Pays, & comme aportez des Iardins d'Alcinoüs, accompagnez de tous côtez de Sucreries & d'artificieuſes Inventions que les Cuiſiniers ou Confiſeurs trouvent tous les jours pour faire voir leur Habileté, & leur Addreſſe: c'eſt là, dis je, que la Tempérance a de grandes attaques à ſoutenir, & que la Santé eſt

dans

dans le plus grand Danger. Les Viandes graſſes ayant dans les premiers Services émouſſé l'Appétit, on cherche dans les ſeconds à le réveiller avec des Acides. La Laittüe ſur tous les autres, lors qu'elle eſt accommodée en Salade a coûtume d'occuper le premier rang, à la maniere des Anciens; quoique les Perſonnes privées, & les Peuples de tous les Tems, comme d'aujourd'hui, l'ayent fait ſervir entre les premiers Mets: ce que Martial reproche à ceux de ſon Tems

Claudere quæ cænas lactuca ſolebat avorum,
Dic mihi cur noſtras inchoet illa dapes?

Il faut remarquer ici quant aux Fruits, que les Princes ne les mangent jamais dans toute leur Maturité: car leur Tables n'étant eſtimées Magnifiques qu'autant qu'elles ſont couvertes de choſes tres rares, & tres cheres; ou n'y porte pour l'ordinaire que des Fruits, ou Précoces, ou Tardifs. Les Précoces ſont plus aigres, & engendrent des Sucs pleins de Cruditez, & les Tardifs ſont fades, & n'ont ni ſuc ni bonté. Hipocrate parlant

des Figues *lib.* 2°. *de Diæta*, dit, que les premieres ſont tres mauvaiſes, *Primæ ficus peſſimæ*. Que le Medecin avertiſſe donc ſon Maître, de ſe modérer ſur l'uſage des Fruits de peu de durée, tels que ſont ceux qu'on appelle *Horea*, Fruits d'Eté, & qui naiſſent ſous *l'Ora & l'Opora*, Mots grecs qui ſignifient ce Tems de l'Année dans l'Intervalle duquel naît la Canicule, & qui dure quarante jours. Galien parle de ces Fruits là en pluſieurs endroits particulierement *lib.* 2°. *de Alim. facult. & lib.* 3°. *aphor.* 14. où il dit qu'ils ſe corrompent facilemcnt, & engendrent des Diarrhées bilieuſes : & il avoüe lui même ingenûment *lib. de Vit. & bon. ſucc.* qu'il été deux fois Malade pour en avoir trop mangé. Je ne prétens par néantmoius condanner abſolument leur uſage; particulierement de ceux que la Nature à produit comme pour éteindre la Soif cauſée par la Chaleur de la Saiſon, où pour raffraîchir l'Eſtomac lorsqu'il en a beſoin ; mais alors il faudroit les raffraîchir avec de la Neige ou de l'Eau ; ſur tout dans les grandes Chaleurs, & lorsque

——— *Procion furit*
Et Stella Veſani Leonis
Sole-dies referente ſiccos.

Mais puisque je ſuis venu à parler de la Neige, dont il ſeroit monſtrueux de voir manquer la Table des Princes ou des Grands Seigneurs ; Je dirai ici que je n'en déſaprouve point du tout l'uſage, modéré, mais ſeulemeut l'Abus qu'on en pourroit faire ; comme étant tres dangereux: & en vérité perſonne de bon ſens n'approuvera ces ſortes de Boiſſons faites de jus de Citrons, ou de Limons, avec du ſucre, & enſuite rafraîchis juſqu'à les rendre comme la Glace elle même, qu'à trouvé la Soif ingenieuſe à inventer ce qui peut la ſoulager : car les Entrailles frémiſſent en les recevant ; l'Eſtomac eſt gelé, & la violence que la Nature ſouffre dans ces momens, fait que tres peu après la Soif en eſt encore plus violente qu'auparavant. La Neige cauſe la Soif, dit Rhaſis *lib.* 21. *tract.* 5°. en fermant par ſa froideur les Pores du Palais, & des Fontaines ſalivales, d'où coule continuellement l'Humi-

de Radical. Les Anciens loin de cela bûvoient ordinairement à leur repas ; de l'Eau chaude mêlée avec de la froide ; Comme Martial le remarque par ce Vers

Caldam poſcis aquam, ſed nundum frigida venit.

Bien plus, ce qui eſt ſans doute étonnant, ils faiſoient leur Délices de l'Eau chaude à laquelle le Luxe de nos jours, tout d'une autre Nature que celui de ce Tems là, à entierement renoncé. Il n'eſt pas difficile de ſe perſuader cela des Anciens, car il eſt ſûr que l'Eau chaude tempére, & corrige ce que la Boiſſon trop froide peut cauſer de mal. Il eſt néantmoins vray que Martial dès ce tems là n'approuvoit pas tout à fait la maniere uſitée de boire de l'Eau chaude. Voici ce qu'il dit

Poſſideat Lybicas meſſes, Hermumque, Tagumque,
Et potet calidam, qui mihi laudat aquam.

Mais pour revenir à la Neige ; ſi l'on s'en ſervoit avec modération, & ſeulement

nent pour nous aider à ſupporter les Chaleurs étouffantes de l'Eté, particulierement dans les Pays chauds, tels que ſont la Sicile, Naples, & presque toute l'Italie, on n'en condanneroit pas l'uſage, comme je l'ai déjà dit, tant pour ceux qui joüiroient d'une bonne Santé que pour ceux que ſeroient Malades; car il eſt certain que dans ces Pays-là, lorsqu'il n'a tombé que tres peu, ou point de Neige, comme cela arrive quelquefois, & qu'ainſi elle eſt tres chere, cette Année là paſſe pour être tres mauvaiſe; & l'on remarque presque toûjours, qu'il court de plus longues, & de plus facheuſes Maladies dans une Année comme celle-là, que dans aucune autre. L'uſage de la Neige eſt fort ancien; les Juifs même l'avoient; & nous liſons dans les Proverbes, *Telle qu'eſt fraîcheur de la Neige dans un Tems de Moiſſon, tel eſt un Ambaſſadeur fidele à celui qui l'a envoyé; il procure à ſon Ame un parfait Repos.* Les Juifs tiroient leur Neige du Mont Liban, que Tacite *lib. 5. hiſt.* dit être la principale Montagne de leur Pays; puis il ajoute, *& mirum dictu, tantos inter*

ardores opacum ſidumque nivibus ; il en eſt même ſi couvert qu'il en forme, & en groſſit le Fleuve du Jourdain. Mais ſi l'uſage modéré de la Neige peut faire beaucoup de bien, l'excez à cet égard peut faire beaucoup de mal, comme on en a ſouvent fait de tres fatales expérience, dont Hipocrate a remarqué quelques unes *lib. 5. Aphor. l.* 18. & 24. Car il faut beaucoup de Prudence à l'égard d'une choſe comme celle là qui flatte ſi fort ; & il eſt difficile de s'abſtenir, lorsqu'on eſt preſſé de la Soif, & qu'on trouve ſous ſa Main quelque Boiſſon rafraîſſante, de ne pas boire avec avidité. Et c'eſt là ce qui eſt tres dangereux particulierement ſi on s'eſt échaufé à quelque Travail ou Exercice ; les exemples étant ſans nombre, de ceux qui après avoir bû à la Glace ont été attaquez de Coliques, & de Convulſions, & comme s'ils avoient avalé du Poiſon, ſont morts ſur le champ. Néantmoins on peut éviter, ou du moins corriger cette grande Fraîcheur, en ne bûvant que peu à peu ; & comme goute à goute, afin que la Liqueur s'arrêtant quelques momens dans

a Bouche, & deſcendant avec lenteur dans l'Oeſophage perde quelque choſe de ſa grande froideur ; & que l'Eſtomac ſoit, comme prévenu par le moyen de la Communication des Paſſages : ainſi on peut dire qu'il n'eſt pas ſurpris à l'improvîte. Tſchirnhauſis recommande beaucoup cette pratique dans ſon excellent livre *De la Medecine du Corps & de l'Eſprit*, où il dit qu'il a ſouvent oſé entreprendre de ſe rafraîchir, après un long & pénible Exercice qui l'avoit fort échaufé, avec des Eaux qu'il avoit par Artifice réduites en Glace, ſans en avoir jamais reſſenti la moindre Incommodité : parce qu'il n'en prenoit que fort peu à la fois, à cauſe de leur extreme froideur, que ſon Palais ne pouvoit ſupporter : aulieu qu'il dit, qu'il a vû pluſieurs Perſonnes, qui dans de pareilles Circonſtances ayant bû de la Biere en trop grande quantité, & trop avidement étoient tombez dans des Maladies tres facheuſes, dont on a eû toutes les peines du Monde à les retirer. Il n'y a rien ſans doute qui ouvertement ou en ſecret, ſoit plus contraire à la Santé des Princes, ou autres Grande,

que le Vin pris immodérément ; & ce n'eſt pas ſeulement leur Santé qui ſouffre de cet excez, c'eſt auſſi leur Réputation, & leur Gloire. Les Hiſtoires des Grands Hommes à qui on a reproché la Paſſion du Vin ſont entre les Mains de tout le Monde : & il eſt certain que ce Vice a bien obſcurci la Gloire de leurs plus grandes Actions. Androcide Homme tres ſavant, & tres-ſage, écrivant à Alexandre le Grand, au raport de Pline *lib.* 14. *cap.* 15. pour lui perſuader de s'abſtenir de la Débauche du Vin le prie de ſe ſouvenir, *qu'en bûvant du Vin, il boit le Sang de la Terre.* On a même reproché l'Ivrognerie à Caton le Cenſeur, tout Sage qu'il étoit ; car un Vice de cette nature ne peut ſe cacher, & encore moins dans les Grands : les Petits s'en apperçoivent, & on en peut les empêcher de faire là deſſus des Satyres, & de donner même des Sobriquets à leurs Maîtres : temoin Tiberius Nero, qu'on appella, *Biberius Mero.* Il eſt ſûr que le Vin pris dans une juſte quantité, eſt tres-propre à fortifier le Corps ; mais auſſi il eſt tres nuiſible, ſi cette proportion ne

s'y

s'y trouve pas, & qu'on la paſſe. Il eſt de la nature du Feu ; rien de plus utile, rien de plus nuiſible. Qui eſt-ce qui ignore que les Grands & les Princes heritent ſouvent, de leurs Ancêtres la Goute & la Pierre, & que ces Maladies leur ſont transmiſes comme une Succeſſion. Lucien dans ſa *Tragopodagra* donne une Généalogie entiere de Heros que les Poëtes célebrent tous les jours, qui ont tous été affligez de la Goute, & l'Expérience acheve de nous convaincre de la propriété qu'a le Vin pris immodérément d'engendrer & de nourrir l'une ou l'autre de ces Maladies ; par ce que le Tartre dont il eſt tout rempli & qui eſt une Matiere dure & pierreuſe s'attache d'abord aux jointures. Pour que les Princes & les Grands Seigneurs puiſſent donc bannir ces deux facheuſes Maladies de leur Palais, & de leurs Maiſons, qu'ils boivent du Vin, mais en petite quantité, & qu'ils y joignent de l'Eau ; évitant de boire de ces Vins fumeux qui leur ſont ſouvent tant vantez. Le Vin Vieux tiré de deſſus ſa Lie, & que Plaute *In Pœnulo* appelle *vinum edentulum*, Vin ſans dens ; par ce qu'il

n'eſt pas mordant, eſt à préferer aux autres; celui qui croît dans les Plaines eſt auſſi meilleur que celui qui croît ſur les Collines; par ce qu'il a moins de Parties tartreuſes. En un mot le Vin modéré, & comme l'appelle Ariſtote *in Rhet. Vinum Ethicum*, ou Vin de bonnes Mœurs, eſt celui qu'il faut choiſir. Téophraſte *lib. 6. de cauſis Plant.* dit, „ que cette ſorte de Vin paſſe plus vîte, „ & qu'il eſt appellé tel par Ariſtote, par- „ ce qu'il tient moins de la Nature du „ Vice, & qu'il eſt plus léger. Gaza, & Hermolaüs Barbaſus veulent dire la même choſe par leur Vin moriginé: il y en a néantmoins qui croyent que *Vinum ethicum* doit s'entendre du Vin, paſſé ou filtré. Il faut donc que le Vin ſoit, ou léger, & modéré de ſa Nature, ou qu'il ſoit ſoûtiré, ou filtré, & paſſé à la Chauſſe, & pour ainſi dire châtré pour être bon à la Santé; car comme dit Pline *ſacco vini franguntur vires*. Et l'on remarque du Vin ainſi filtré, qu'étant remis dans le Tonneau, il ne boût pas comme les autres Vins, qui ſouvent pendant pluſieurs Mois ne ceſſent de boüillir avec un grand bruit; prin-

principalement s'ils ſont puiſſans & fumeux ; car dans la filtration, le Vin laiſſe aux côtez du Sac ou Chauſſe beaucoup de Matiere groſſiere & de Tartre, qui ſont la cauſe que les Vins qui ne ſont pas ainſi filtrez fermentent pendant un Tems conſiderable, & ne ſe repoſent point que l'Ecume étant toute ſortie par la Bonde, & les parties les plus groſſieres precipitées au fonds, ils ne ſoient éclaircis & purifiez. Ces Vins filtrez ne laiſſent aucun Tartre autour du Tonneau ou ils ſont mis; & ce n'eſt pas dans ces ſortes de Tonneaux là que la Medecine qui ſe ſert du Tartre à tant d'uſages ſi différens le va chercher : de plus ils n'eſt pas néceſſaire d'attendre qu'ils ſoient Vieux pour les boire, & l'on peut s'en ſervir deux ou trois Mois après qu'ils ont été ainſi préparez. Que ſi on les prépare des meilleures Grapes qui croiſſent non pas ſur les Collines, mais dans les Plaines qui ſont auprès de ces Collines ; ils ſeront alors plus propres pour les Tables des Princes, & des Grands Seigneurs, ſoit qu'ils joüiſſent d'une bonne Santé pour la leur conſerver, ſoit qu'ils ſoient affligez de

la Goute, ou de la Gravelle, pour en diminüer les Douleurs. Je ne prétens donc pas que les Tables des Grands Manquent de Vin, mais je veux que le Vin que l'on y ſert au lieu de dreſſer des Ambûches à la Santé renouvelle doucement & amiablement les Eſprits vitaux, ſans les forcer, on leur nuire. Pluſieurs tant Rois qu'Empereurs ont donné là-deſſus des exemples de Sobriété & de Tempérance dignes de notre attention. Suetone aſſure que Jules Céſar fut tres modéré quant au Vin, & qu'Auguſte étant dans ſon Camp près de Modene ne bûvoit que trois fois pendant tout le Souper. On peut voir par là de quelle Nature eſt le Vin qui croît autour de Modene; car quoiqu'Auguſte eût beaucoup de ſoin de ſa Santé cependant c'étoit une grande marque de Sobriété, en lui que de ne boire que trois fois dans tout un Repas. D'ou il peut-être permis de conclure qu'il connoiſſoit la force du Vin que produiſent les Côteaux de Modene, & que ce fût la raiſon de cette Modération: auſſi eſt-ce une Vérité, que les Vins les plus fameux de la Toſcane n'ont aucun degré de

de ſupériorité ſur ceux de nos Endroits les plus renommez de la Principauté de Modene. Mais ce n'eſt pas là la ſeule Faveur qu'il a plû à la Divine Providence d'accorder à cette Ville-là ; car outre les Vins excellens dont elle ſe peut glorifier, ſon Air eſt tres pur & tres ſain, & ſes Eaux tres douces & tres ſalutaires ; & ce qui eſt le plus grand avantage de tous, & qui contribüe le plus au bonheur de ſes Habitans; c'eſt qu'elle a toûjours eu, comme elle eſpere qu'elle aura toujours, de Grands & Excellens Princes pour ſes Souverains.

Chapitre Sixieme.

Il n'y a Perſonne à qui l'Exercice journalier du Corps ſoit plus néceſſaire qu'aux Princes & aux Grands Seigneurs, pour la Conſervation de leur Santé.

Si ce qu'a écrit Hipocrate *lib.* 3. *De Dieta* eſt vrai, que telle eſt la Vertu de l'Exercice corporel, que la Santé conſiſte dans une juſte proportion entre

tre le Travail & les Alimens ; „Il faut „voir dit-il, ſi le Travail ſurpaſſe la „quantité d'Alimens que l'on prend, „on ſi les Alimens ſurpaſſent l'Exer„cice corporel que l'on fait, ou bien ſi „l'un eſt égal, & proportionné à l'au„tre ; car toutes les fois que l'un em„porte la Balance, il faut qu'il en arri„ve une Maladie : la Santé ne ſe trou„vant que dans une égale Proportion „de l'un à l'autre. Si dis-je cela eſt vray; de même qu'il eſt néceſſaire de prendre tous les jours de nouveaux Alimens pour l'entretien de notre Vie, & de notre Santé ; il ſera donc auſſi néceſſaire de prendre de l'Exercice tous les jours pour la même raiſon ; de peur que la Proportion ceſſant entre les Alimens, & cet Exercice néceſſaire, on ne tombe Malade. Si on prend trop de Travail, & pas aſſez de Nourriture, les Forces ſe perdent, on eſt accablé : Si on prend beaucoup de Nourriture, & qu'on faſſe peu d'Exercice les groſſes Humeurs, ou Excrémens s'amaſſent, les Maladies ſe mitonnent au dedans de nous, ſans que nous y penſions, ou que nous le ſentions d'abord, & paroiſſent après cela

cela tout d'un coup, ſouvent avec une violence qu'on a de la peine à réprimer. Il faut donc que la maniere de Vie, ſoit reglée & proportionnée à l'Exercice que l'on fait, ſi on veut entretenir ſa Santé; mais il eſt néceſſaire de commencer par prendre de la Nourriture & de laiſſer même commencer la Digeſtion; car comme dit, Hipocrate dans ſes Aphor. *Ubi fames, laborandum non eſt.* Un Eſtomac affamé ne peut s'appliquer au Travail. Xénophon *in Pædia Cyri lib.* 1. raporte, que parmi les Perſes on avoit un tel égard à la düe proportion entre la Nourriture & le Travail qu'il avoient honte de cracher, ou de ſe moucher; par ce que c'étoit pour eux une marque d'Intempérance dans le Manger & dans le Boire: ce qui eſt ſans doute un reproche pour notre Siecle ou non ſeulement on ſe fait une étude de cracher, & de ſe moucher pour ſa Santé, dit-on, mais par l'uſage du Tabac, en poudre, en fumée, ou en machicatoires, nous excitons & contraignons continuellement, tant nos Narines, que notre Gorge à rejetter les Humeurs groſſieres, impures, & mal digérées

gérées qui y peuvent être, & qui n'y ſeroient pas ſi nous menions une Vie plus ſobre, & moins pareſſeuſe. Car la Nature toujours attentive à ce qui nous peut-être utile, & même commode, a placé ailleurs d'autres Organes pour la Décharge des Excrémens ſolides ou liquides, & nous au contraire nous faiſons de nos Narines, & de notre Bouche ce qu'elle fait de ces Organes là. Mais ſurtout les Princes ne péchent que trop contre ce précepte d'Hipocrate; ce qui fait qu'ils ſont ſi ſujets à voir leur Santé presque toujours chancellante. Si donc l'Exercice du Corps eſt néceſſaire à quelqu'un pour le bien de ſa Santé, c'eſt ſans doute aux Princes, & aux Grands; & même il faudroit, à cauſe des Viandes trop exquiſes, & trop nourriſſantes dont ils uſent, que le Travail ſurpaſſât en eux la quantité d'Alimens qu'ils prennent, pour arriver à cette Proportion que demande Hipocrate. Il y a différentes ſortes d'Exercice; mais ceux-là ſont à préferer qui viennent d'un Principe intérieur. Platon dans *Timée* dit que, „Le meilleur de tous les „Mouvemens eſt celui qui ſe fait en ſoi-

„ même

„ même de ſoi-même : car il s'accorde „ mieux avec le Mouvement de l'Eſprit „ & de toute la Perſonne, mais celui „ qui vient du dehors eſt le pire de tous. Etre porté, par exemple, en Caroſſe, dans un Vaiſſeau, en Chaiſe ; ou être frotté avec des Linges, &c. ce ſont des Mouvemens, mais qui viennent d'un Principe extérieur ; & ils ne peuvent jamais faire le bien qu'on doit attendre du Mouvement des Muſcles; comme eſt celui de ſe promener, de courir, & autres qu'on peut donner à ſon Corps: car par un Exercice modéré du Corps, la Chaleur aſſoupie ſe réveille ; la Circulation du Sang eſt excitée ; il ſe fait une plus égale Diſtribution des Alimens dans toutes les parties ; la Tranſpiration en eſt plus facile ; & s'il y a quelques Obſtructions dans les Viſceres, ou dans les Vaiſſeaux du Sang elles ſe diſſipent. Surquoi Celſus *lib. I. Cap. 2. Ignavia maturam ſenectutem, labor longam adoleſcentiam reddit* ; en deux mots, La pareſſe avance la Vieilleſſe, & le Travail la retarde. Enfin on peut dire du Corps ce que Virgile dit de la Renommée,

Mo-

Mobilitate viget, vires acquirit eundo.

Le Prince donc à qui ſa Santé eſt chere, ne doit pas moins penſer à faire tous les jours quelque Exercice qu'à prendre tous les jours ſa Nourriture, la Promenade du Matin à jeun eſt tres-fort à recommander ; mais il eſt meilleur de ſe promener à l'Air, & pendant que le Ciel eſt ſerain, ou qu'il ne fait point trop de Vent, que dans la Maiſon : Le ſoir auſſi avant ſouper, on peut faire la même choſe. C'eſt ainſi que ſe doit entendre Hipocrate, lorsqu'il dit ; *Labores cibos præcedant.* Il y a certains Exercices qui conviennent plus aux Grands Seigneurs qu'aux autres ; Ils peuvent aller à la Chaſſe, monter à Cheval, Dancer, &c. le Corps ſe trouve tres bien de tout cela ; & il s'en trouveroit encore mieux, ſi ces Exercices étoient plus fréquens. De toute Antiquité la Chaſſe a été l'Exercice des Princes, des leur plus tendre Jeuneſſe ; & ce leur auroit été une honte s'ils n'euſſent pas ſû tendre un Arc, tüer des Bêtes, tirer au Blanc, non ſeulement

ment assez juste, mais s'ils n'eussent pas même surpassé tous les autres dans ces Exercices. Nous lisons que Thétis donna Achilles à Chiron, pour qu'il lui aprît à chasser; de sorte que non seulement il tüoit les Bêtes dans les Forêts, mais il alloit aussi affronter les Sangliers, & les Animaux les plus feroces, jusques dans les Montagnes, & sur les Rochers les plus escarpez. Aussi étoit il un des plus Vaillans Guerriers qui fût au Siége de Troye : car on peut dire que la Chasse est comme les Elémens de la Discipline Militaire qu'il n'est pas permis aux Prince d'ignorer. La Chasse ayant donc des Avantages sans nombre, outre le Plaisir qu'on y prend, il est certain qu'elle entretient la Santé : & soit qu'on courre à Cheval, ou qu'à pié on suive les Bêtes jusques dans leur Repaires, à travers des endroits difficiles & entrecoupez de Bois ou de Rochers; il faut nécessairement que le Corps s'échauffe par les différens Mouvemens qu'il est obligé de faire, & que les Humeurs qui envoyoient des Vapeurs à la Tête, à l'Estomac, ou ailleurs, soient aisément dissipées par la Transpiration. Ou-

Outre l'Avantage de la Santé quẽ procure la Chaſſe, cet Exercice eſt encor glorieux, & les Poëtes & autres Anciens Auteurs donnent de grandes Loüanges à leur Heros pour avoir excellé à tirer de l'Arc. Virgile, par exemple, qui raporte comme une des belles Actions d'Enée, que ce Prince tua ſept Cerfs de ſa propre Main, & à coups de Flêches ſur les Côtes de la Mer de Lybie, pour ravitailler ſes ſept Vaiſſeaux. Domitien eſt loüé par Martial des Bêtes, qu'il a tüées, & Gratian par Auſonius, pour avoir vaincu, & tüé un Lion. L'Epitre écrite par Sidon Apollinaire ſur ce ſujet merite bien d'être lüe. Il y repréſente Téodoric Roi des Gots comme un Prince tres habile à la Chaſſe, & tres adroit à tirer de l'Arc, & il dit, qu'après avoir fait publier une Partie de Chaſſe, il avoit coûtume de s'y rendre portant lui-même ſon Arc à ſon côté, ſans craindre de déroger à la Majeſté de ſa Perſonne Royale, & temoignant au contraire que c'étoit une choſe trop effeminée que de prendre un Arc tout tendu de la Main d'un autre. Monter à Cheval eſt auſſi un Exercice fort néceſ-

ceſſaire aux Princes & aux Grands. Il faut leur apprendre de bonne heure à monter un Cheval, à ſe tenir deſſus, & à en gouverner la Bride, non ſeulement avec Grace, mais avec une Force & une Adreſſe égales, pour n'être pas en danger; car il y a peu de Bucéphales, & les Chevaux n'ont pas coûtume de flatter, ou de diſtinguer les Princes d'avec les autres. Quel Reſpect & quel Amour un Peuple ne conçoit il pas pour ſon Prince lorsqu'il le voit dans une Cérémonie publique, monter un Cheval fougueux, & tout écumant; & le manier avec une Addreſſe égale à la Grace avec laquelle il le monte. C'eſt de là ſans doute qu'eſt venüe la Coûtume, auſſi bien parmi les Anciens que parmi nous, d'Elever aux Princes & aux Perſonnes diſtinguées des Statües Equeſtres. Le Mouvement du Cheval a de ſoi une certaine Concuſſion ou Secouſſe fort propre à Chaſſer, & à diſſiper les Humeurs groſſieres qui voudroient s'établir & ſe fixer dans un endroit. J'ai autrefois traitté un Homme qui avoit été quelque tems Maquignon, ou Marchand de Chevaux a Modene, & qui

qui après une longue Fievre, cauſée par ſon Intempérance, & pour avoir en même tems bû trop d'Eaux, eût enfin la Rate & le ventre enflez, de ſorte qu'on craignoit beaucoup l'Hydropiſie pour lui; d'autant plus que quelques remedes que l'on fit, ſon Ventre ne désenfloit point. Je lui perſuadai enfin de retourner à ſon premier Emploi de manier, & de dompter des Chevaux, il le fit, & recouvra ſa premiere Santé: de ſorte qu'il vit encore aujourd'hui. On ne peut donc rien recommander de plus utile aux Princes pour le bien de leur Santé que de monter ſouvent à Cheval: & Thomas Sydenham veut ſur-tout qu'on le faſſe dans les Maladies Chroniques. Que ſi cette ſorte d'Exercice eſt un Remede curatif, il s'enſuit qu'il doit auſſi en être un préſervatif; car ſelon Hipocrate *lib. de Epid. Quæ facta tollunt ante facta fieri probibent.* C'étoit autrefois une Coûtume fort uſitée pour les Rois d'être ſouvent à Cheval; comme ce l'eſt encore à préſent pour ceux de Perſe de donner Audience aux Ambaſſadeurs à Cheval. Quand à celle de monter ſur des Chariots de Triomphe,

omphe, & de les conduire eux même, cela eſt entierement hors d'uſage.

Ce n'eſt pas que le Cheval n'ait auſſi ſon incommodité ; car ſi l'on a les moindres Diſpoſitions du Monde à la Goûte, à la Pierre, ou à quelqu'autre Incommodité de la Veſſie que ce ſoit, il eſt tres nuiſible d'être ſouvent à Cheval ; ce qui fait dire à Hipocrate *lib. De Aere, Aquis, & Locis*, que les Scythes étoient ſujets à la Goute Sciatique, parce qu'ils étoient continuellement à Cheval. Il dit auſſi que l'on peut devenir Impuiſſant à cauſe de la trop fréquente Concuſſion des Reins & des Vaiſſeaux Spermatiques, ce qui produit auſſi tres ſouvent des Gonorrhées. Mais ſi l'on prend cet Exercice avec modération, ſur des Chevaux dociles, & qui aillent le Pas, dont il ne manque jamais aux Grands ; il n'eſt pas d'un petit avantage pour la Santé ; étant un Exercice, dit Galien, *lib. 2. de Valetud. tuendâ cap.* 8. mêlé de Travail, & de Mouvement, car un Homme qui eſt à Cheval, a presque toujours ſes Muſcles tendus, & comme entretenus dans une continuelle Harmonie. C'eſt ce qui rend

cet Exercice ſi propre à augmenter la Chaleur naturelle, diminuer les Humeurs, fortifier l'Eſtomac, & enfin à purger & à la ſubtiliſer les Organes des Sens: d'ou vient que Trallien le recommande pour la Surdité, & les Maux de Tête.

On croit auſſi que l'Exercice d'aller à Cheval groſſit les Jambes; & Suetone, dit, que les Medecins de Germanicus lui conſeillerent de monter ſouvent à Cheval, parce qu'on lui reprochoit quelquefois qu'il avoit les Jambes fort menües: & je ſuis aſſez porté a croire la Vérité de cette Obſervation; car les Jambes travaillent beaucoup à l'Etrier, & il faut que ceux qui ont accoûtumé d'être à Cheval ayent toujours les Muſcles & les Fibres des Jambes dans une continuelle tenſion; & ainſi le Sang que fourniſſent les Arteres y étant retenu plus long tems, & ne pouvant pas facilement remonter par les Veines, ces Parties la font mieux nourries, & augmentent en groſſeur. Il arrive la même choſe dans toutes les Parties qui ſont auſſi plus exercées que les autres; & cela paroît dans les Boulangers & Patiſſiers, qui ont

ont ordinairement des Mains plus groſſes, & plus charnües que les autres Hommes. *Exercitium*, dit Avicema, *membrum amplificat*. A moins donc que le Prince ne ſente quelque incommodité dans les Reins, ou dans les Jointures, il doit de tems en tems monter à Cheval, s'accoutumer à cet Exercice, & le prendre modérément & avec meſure, ſelon le beſoin de ſa Santé ; afin que s'il eſt après cela obligé d'aller à quelque Expedition de Guerre, il ne ſe trouve pas embaraſſé, ou incommodé du Cheval.

Il y a encore un autre Exercice fort convenable aux Princes, & qui répond très bien à notre deſſein, quoiqu'ils ne le prennent ſouvent que pour leur plaiſir ; c'eſt la Dance & le Bal. C'eſt un Exercice qui n'étant pas continuel, mais alternatif ne peut pas fatiguer beaucoup, & qui néantmoins eſt capable de leur procurer les mêmes avantages que les autres Exercices, à ſavoir, de ranimer les Eſprits, & la Chaleur Vitale ; & de rendre le Corps agile, & les Membres plus prompts dans l'exécution de leur Fonctions Naturelles. Il

eſt aſſez ordinaire aux Grands, lorſqu'ils ſont encore jeunes d'aprendre à dançer, afin que lorſqu'ils ſont plus âgez ils faſſent voir de la Grace, & de la Majeſté dans tous les Mouvemens de leur Corps: & ce ſeroit une choſe autant inoüie que honteuſe de voir un Prince, ou un Grand Seigneur qui ne ſût pas accorder le Mouvement de ſes Piés & de ſes Jambes aux Sons & à la Cadence de la Muſique. Herodote nous dit là deſſus, que la Fille de Cliſthêne Tiran des Sicioniens, nommée *Agariſtia*, fut refuſée en Mariage à Hipoclide Seigneur Athenien, parce qu'il avoit danſé groſſierement, & ſans Méthode. Scipion prenoit beaucoup de plaiſir à la Dance, même dans un Age aſſez avancé; & comme Seneque le repreſente dans ſon Traité *De la Tranquilité de l'Ame*, il agitoit au Son des Inſtrumens ce même Corps qui avoit fait tant de belles Actions Militaires, & Triomphé tant de fois, non pas avec des Mouvemens mols, efféminez, & laſcifs; mais à la maniere des Anciens dans leur Fêtes, & dans leurs Jeux Publics, on le voyoit ſauter & dancer d'une maniere

Vi-

Virile, qui ne pouvoit que lui faire honneur, quand même ſes Ennemis l'auroient vû faire. Je ne rapporterai pas ici les Avantages de la Dance dont Lucien fait le dénombrement, en écrivant contre Craton qui désaprouvoit cet Exercice ; l'apelant efféminé, & indigne de l'Homme. Il eſt certain que les deux plus grands, comme les plus ordinaires, ſont la ſatisfaction de l'Eſprit, & la Santé du Corps ; & l'on y peut ajouter celui-ci, que la Dance inſtruit un Prince, & un Homme de Guerre, à ſe ſervir de ſes Armes, & à combattre courageuſement à la Tête de ſon Armée. Nous liſons d'Epaminondas Capitaine des Thébains, que la Dance étoit un de ſes Plaiſirs, croyant que par là il acqueroit l'Agilité du Corps, & qu'il en devenoit plus propre au Combat. Homere nous fait remarquer, dans ſa Guerre de Troye, Merion Prince de Crète combattant avec une Dexterité, & comme une Cadence de Corps qui lui fit enfin donner le ſurnom de Danceur, tant par les Grecs que par les Troyens. Savoir monter à Cheval, & dancer, ſont donc particuliérement pour les

Princes, & les Grands Seigneurs, les premiers Elémens de l'Art Militaire; & il faut que ceux ſur tout, qui ſont nez pour commander, ne les ignorent pas.

Etre porté dans une Chaiſe n'eſt rien du tout, comparé aux Exercices dont nous venons de parler : Cependant en tant que Mouvement quelque petit qu'il ſoit, cela eſt encore meilleur, que de demeurer toujours ſimplement aſſis ou debout, & dans une même Poſture, ce qui doit diminüer plutôt les Forces, que de les augmenter. Lorsque nous ſommes toujours dans une même Poſture, les Muſcles des Jambes & des Cuiſſes ſe meuvent toujours de la même maniere, & rien n'engendre plus vîte les Variſſes dans les Jambes : ce qui fait dire à Juvenal, *Varicoſus fiet Haruſpex*, parce que les Devins étoient long tems dans une même Poſture ; en faiſant leurs Obſervations. La Navigation eſt quelque fois ſalutaire ; mais plus encore ſur Mer & fort près de Terre, que non pas ſur les Rivieres, ou ſur les Etangs. *Naviger près de Terre, & ſe promener au Bord de la Mer*, étoit un Proverbe grec, que Plutarque raporte dans ſes *Propos*

de

de Table. La Promenade eſt un Exercice qui eſt fort recommandé par Hipocrate *lib.* 2. *de Diæta*; particulierement celle du Matin. Phèdre *dans Platon*, de l'Avis de ſon Medecin Acumenus, préferoit la Promenade ſur un Lieu un peu élevé, hors de la Ville, à celle qu'il auroit pû faire dans les Jardins au dedans; parce que l'Air étoit, diſoit-il, plus pur à quelque diſtance de la Ville.

Le Jeu de Paûme, ſi uſité par mi les Anciens, eſt recommandé par Galien dans pluſieurs endroits de ſes Ouvrages; & nous le voyons encore en uſage parmi nous. Les Empereurs Romains ne ſe faiſoient aucune peine de s'exercer publiquement à ce Jeu, au raport de tous les Auteurs de leur temps. Suétone nous dit, que l'Empereur Veſpaſian, qui a toujours joüi d'une Santé parfaite juſqu'à un Age tres avancé, joüoit fort ſouvent à la Paûme. Eutrope nous apprend qu'Antonin, auſſi Empereur, a ſouvent parû parmi les Athlêtes. Enfin Catarinus d'Avila rapporte que Guſtave Adolphe, ce fameux Guerrier, qui ſe faiſoit un Jeu des plus grandes Victoires,

joüoit encore au Balon après de grandes Batailles gagnées, tout couvert de Sang & de Pouſſiere, & à la vüe de tous les Capitaines, & Officiers de ſon Armée. Mais on peut apprendre par un ſeul Exemple combien un Exercice modéré eſt avantageux à l'entretien de la Santé, puisque même il a été trouvé excellent, pour prolonger la Vie d'un Homme presque toujours Malade. Cet Exemple eſt d'Herodicus, ce célebre Inventeur de la Medecine qui enſeigne à conſerver la Santé par l'Exercice Corporel. On le tournoit ordinairement en Proverbe pour marquer un Valetudinaire perpétuel ; & cepandant, par le moyen de ce Secret qu'il inventa, il ſût prolonger ſa vie jusqu'à un Siecle, & au delà.

Entre les Exercices du Corps, l'uſage des Plaiſirs de Vénus eſt à bon droit conté pour un; il faut néantmoins qu'il ſoit légitime. Mais il n'y faut pas peu de Prudence, car ſi on en prend trop, il affoiblit le Corps, & ébranle même toute l'Oeconomie de l'Ame : mais ſi l'on ſe tient dans de juſtes bornes, alors il eſt tres utile ; il r'anime les Eſprits, & leur don-

donne plus de Vivacité. Celſus a ſur ce ſujet une tres belle Sentence; „ L'A-„ cte Venerien, dit il, ne doit être ni „ trop craint n'y trop deſiré ; le trop „ affoiblit, la juſte proportion ſeule ré-„ veille les Eſprits. N'y ayant donc rien de plus méſſéant à un Prince qui doit commander aux autres que de garder le Célibat ; & les Sujets, n'ayant rien plus à cœur que de voir la Couronne ſupportée par un grand nombre d'Heritiers, il faut qu'un bon Prince, pour le bien de ſes Peuples, auſſi tôt qu'il a atteint l'Age compétant ſoit marié; mais auſſi, qu'il ſoit modéré dans l'uſage qu'il en fait, pour ne pas nuire à ſa Santé. La Réponſe de Lycurgue ne déplaira peut être pas au Lecteur; quoiqu'elle convienne encore plus aux Princes qu'à aucune autre ſorte de Perſonnes ; Je la mettrai ici : ce Grand Homme, l'un des ſept Sages de la Grèce, ètant interrogé pourquoi il avoit mis au nombre de ſes Loix; „ Que le Ma-„ ry ne couchât pas toujours avec ſa „ Femme, mais qu'ils ſe ſéparaſſent quel-„ quefois, pendant un intervalle de quel-„ que jours ? Répondit; Qu'il l'avoit fait

„pour trois Raiſons ; la Premiere, afin „que les Hommes en fuſſent plus ardens „n'étans pas toujours comme attachez à „la Ceinture de leurs Femmes : La Se„conde, afin que l'Amour qui s'aſſoupit „quelquefois entre les Perſonnes Mariées „pût être réveillé de tems en tems : & la „Derniere, afin que les Enfans qui vien„droient fuſſent plus robuſtes & plus „vifs. L'uſage des Plaiſirs Vénériens produit & excite la Circulation du Sang ; ce qui paroît par l'Enflure des Vaiſſeaux, dont les Femmes de l'Antiquité ſembloient avoir une entiere connoiſſance par la Coûtume qu'elles avoient de prendre avec un fil la meſure du Col d'une Vierge nouvellement Mariée avant qu'elle entrât dans le Lit Nuptial aupres de ſon Mary ; de le meſurer encore le Lendemain matin avec le même fil ; & ſi la premiere meſure ſe trouvoit alors trop courte, & ne pouvoit faire le tour de tout le Col, de temoigner par des Mouvemens & des Cris de joye que de Fille elle avoit été faite Femme. C'eſt à cette Coûtume que Catulle fait alluſion dans les vers ſuivans, au ſujet des Noces de Thétis & de Pélée.

Non

Non illam nutrix oriente luce revisens
Hesterno poterit collum circumdare filo.

Chapitre Septieme.

Que l'Ordre renversé du Sommeil & des Veilles, du Jour & de la Nuit, si fort en usage à la Cour, & dans les Maisons des Grands, est tres contraire à leur Santé.

On ne doit pas s'étonner de voir souvent les Princes & les Personnes de Qualité malades, ou d'une Santé foible; puisqu'ils ne pechent pas seulement contre un des Préceptes qui sont nécessaires à observer pour la Conservation de la Santé; mais contre tous tout à la fois. Il y a beaucoup plus à s'étonner qu'ils ne soient pas encore, & plus souvent, & plus dangereusement malades; tant ils s'écartent de la commune maniere de vivre de tout le Monde; en sorte qu'il paroît comme leur être naturel de se distinguer des

autres par là; de même que les Planettes dont la nature eſt de ſuivre un Cours oppoſé à celui de la Multitude des autres Etoiles; comme Ovide le remarque dans ſes Métamorphoſes, où il fait parler ainſi le Soleil de ſoi même;

Nitor in adverſum, nec me, qui cætera, vincit
Impetus, & rapido contrarius evehor orbi.

Mais s'ils commettent quelque faute dans l'uſage des choſes contraires à la Nature, c'eſt ſans doute en renverſant comme ils font l'ordre des Veilles & du Sommeil: car les Princes & les Gens de Qualité dorment ordinairement lorſque tout le reſte des Hommes veille, & eſt occupé à l'Ouvrage; & ils veillent lorſque non ſeulement les Hommes, mais encore les Animaux ſur la Terre, & les Poiſſons dans les Eaux ſont enſevelis dans un profond Sommeil. Or s'il y a quelque choſe de bon à attendre de cette Règle renverſée de veiller la Nuit, & de dormir le Jour, qui eſt ſi oppoſée aux Loix de la Nature,

ture, j'en laiſſe les Princes, & les Grands Seigneurs entierement les Juges. Pour moi je crois qu'il eſt aſſez évident de cet ordre que nous voyons établi, que la Nuit eſt deſtinée au Repos, & au Sommeil; & le Jour à veiller, & à travailler. En effet lorſque nous voulons dormir, n'empêchons nous pas autant que nous pouvons la Lumiere de pénétrer où nous ſommes? Car la Lumiere de ſa Nature attire les Eſprits du dedans au dehors, & les tient éveillez; au lieu que les Tenebres excitent le Sommeil, en repouſſant les Eſprits au dedans: ce qui nous eſt marqué par cet Oracle d'Hipocrate *lib.* 1. *de Diæta. Lux Orco, tenebræ Jovi, lux Jovi, tenebræ Orco.* Ce n'eſt donc pas ſans raiſon qu'Heſiode a dit dans ſa *Téogonie*, „que le Sommeil eſt Fils de la Nuit, „ la Nuit du Microcoſme, & les Veilles „ ſont celles du Jour. *Il faut dormir la Nuit, & Veiller le Jour*, a dit autrefois Hipocrate *lib. prognoſt.* Sur quoi Galien, expliquant ce paſſage, dit, que du tems d'Hipocrate il n'y avoit pas une choſe ordonnée par la Nature, & une autre par la Coûtume; mais à pré-

ſent les Riches font tout le contraire, ſoit en dormant le Jour, & veillant la Nuit; ſoit en tombant dans d'autres Excez non moins nuiſibles. Seneque invective tres fort contre cette mauvaiſe Coûtume de faire le Jour de la Nuit, & la Nuit du Jour. „Nous avons, dit-„il, des Antipodes dans la Ville. Il eſt donc certain que cette pernicieuſe Coûtume eſt fort ancienne, mais il eſt également certain qu'elle ſera toujours condannée, quoique toujours ſuivie.

Parmi les Grecs, les Egiptiens, & les Romains, c'étoit l'uſage des Grands de paſſer la plus grande partie de la Nuit ſans dormir, à ſouper avec leur Amis: c'eſt ce que les Poëtes & les autres Auteurs contemporains nous apprennent. Ils dinoient tres peu, & en particulier avec leur Familles, ou bien ſe contentoient le Matin d'un léger Déjeuner, & puis le Soir ils ſoupoient ſplendidement avec leurs Amis, couchez ſur des Lits. Coûtume que les Juifs prirent des Romains auxquels ils étoient aſſujettis, apparemment pour leur plaire. D'où l'on doit inferer que Notre Sauveur, à ſon dernier Souper avec

avec ſes Diſciples, étoit couché ſur un Lit: quoique les Peintres ignorans de l'Antiquité, à qui il a toujours été permis d'oſer ce qu'ils ont voulu, le repreſentent aſſis à Table, à la place la plus honorable; car s'il eut été effectivement aſſis, comment St. Jean eût-il pû dormir, ou repoſer ſur ſon Sein? Et comment Marie Magdalene eût elle pû laver ſes Piés ſe tenant derriere, lorsqu'il ſoupa chez Lazare en Bethanie, s'il n'avoit été couché? C'eſt ce qu'ont fort bien démontrè Fulvius Urſinus *lib. De Triclinio* par un Ancien Marbre trouvé a Padoüe; & Octavius Ferrarius dans un ſavant Ouvrage qu'il a fait *De re Veſtiaria.* On voit dans ces Auteurs une figure en Taille douce d'un de ces Lits. Il y en avoit ordinairement trois un au haut, & les deux autres aux deux côtez de la Table, capables de tenir un grand nombre de Conviez, & l'on voyoit un Eſpace au milieu pour ceux qui ſervoient; ce qui donna ſans doute occaſion à Horace de faire ce Vers,

Sæpe tribus lectis videas cænare quaternos.

Ils avoient auſſi dans leurs Maiſons un Lit particulier, riche & magnifique, ſur lequel ils prenoient leur Repas en Cérémonie, & avec beaucoup de Luxe & de Faſte. Car les Anciens paſſoient ordinairement la Nuit ſur leur Lits, & d'un Soleil à l'autre; ſe divertiſſans à voir des Bouffons, des Pantomimes, des Muſiciens, &c. afin qu'après avoir raſſaſié leur Eſtomac de Viandes, ils donnaſſent auſſi à leur Eſprit une eſpece de Repas avec ces divertiſſemens. Quelques fois auſſi ils écoutoient des Hommes de Lettres diſcourir de choſes plus ſublimes: C'eſt ainſi qu'Enée après avoir été régalé par Didon d'une maniere vrayment Royale, devant les plus grands de la Cour de cette Reine, un certain Jopas qui portoit de grands cheveux ſe leva, & ſe mit à chanter

——— *Errantem Lunam, Solisque labores;*
Unde hominum genus, & pecudes, unde imber & ignis.

Nous voyons la même choſe dans Lucain.

cain. Julius Céſar après avoit vaincu Pompée, ayant été reçû par Cléopatre avec une Pompe, & une Magnificence digne de lui ; les tables étant ôtées obligea Achoreas pour paſſer la Nuit, de l'entretenir des Secrets les plus cachez de l'Egipte ; telles qu'étoient les choſes Sacrées, ou appartenantes au Culte de leurs Dieux, & auſſi les Mœurs des Peuples. Mais comme dans ces anciens Tems, le Souper ſe faiſoit fort ſouvent peu d'heures après le Soleil couché, ou même quelques fois devant, (comme faiſoit Domitien, au raport de Suétone, qui ne mangeoit jamais après le Soleil couché) & qu'apres le repas, ils paſſoient le reſte de la Nuit à écoutez la Muſique, ou quelques diſcours ſavans; il falloit que la Digeſtion fût faite pour eux : particulierement ſi les Nuits étoient longues. Auſſi ſe reſſentoient ils moins de cet uſage irrégulier du Sommeil & des Veilles, qui leur cauſoit plus rarement des Maladies, que non pas aux Princes de nos Jours, qui ſe plaiſent a ces Excez. Premierement nos Princes aujourd'hui paſſent une partie ſouvent conſiderable de la Nuit

à règler les Affaires de leur Etat, à écrire des Lettres, à donner Audience à ceux qui leur demandent quelque grace, & leur preſentent quelque Placet, & autres Affaires de pareille nature; enſuite, la Nuit étant à moitié paſſée, ils prennent leur Repas, & fort fort peu après ſe vont coucher. Ainſi conſument-ils le reſte de la Nuit, & la meilleure partie du Jour, qui eſt ſans contredit le Matin; parce qu'alors la Chaleur du Soleil, & la Lumiere même recréent les Eſprits Vitaux; ils paſſent, dis-je, Ce Tems précieux privez d'un repos doux & naturel, dans un Sommeil interrompu & inquiet, dont ils ne ſe réveillent entierement qu'avec des Engourdiſſemens, des Obſtructions, & une Digeſtion abſolument vitiée, & corrompüe.

Mais puis qu'il eſt comme impoſſible d'arracher les Princes & les Grands à cette pernicieuſe coûtume de veiller la Nuit, & dormir le Jour; du moins qu'ils en uſent donc avec toute la Prudence qu'il eſt poſſible d'y garder. Qu'ils prennent leur repas un peu plutôt, qu'ils ne mangent pas tant, & qu'ils

qu'ils laiſſent entre ce Repas & le Sommeil, un Eſpace de tems convenable. Hipocrate recommande une petite Promenade après le Souper. *lib.* 1°. *de Diæta*. „Parce que, dit-il, rien n'eſt meil„leur pour diſſiper les Vens & les Hu„meurs flatulentes que les Alimens cauſent. Auguſte ſortoit ſouvent de table en ſoupant, laiſſoit les autres manger, alloit faire un tour de Promenade, revenoit achever ſon ſouper avec quelque verres de Vin, & puis faiſoit entrer des Muſiciens, des Bateleurs, ou autres Gens qui divertiſſoient le Peuple dans le Cirque, & fort ſouvent auſſi des Bouffons, pour donner à la Digeſtion le tems de ſe faire, avant qu'il allat ſe mettre au lit. Il y a donc une Proportion à obſerver ſoit pour veiller ou pour dormir; Et nous pouvons dire de ces deux choſes ſi naturelles à l'Homme; ce qu'Hipocrate a dit ci deſſus des Alimens, & du Travail; ſi la Santé conſiſte dans une juſte meſure de Travail, & une juſte proportion d'Alimens, il eſt certain qu'elle ne conſiſte pas moins dans une juſte meſure du Sommeil, & une juſte proportion de Veilles. Or la Régle devroit

vroit être, ſelon mon opinion, que les Veilles euſſent par rapport au Sommeil une Proportion comme de trois à un ; & dormir huit Heures de 24. eſt plus que ſuffiſant. L'Auteur même de la Medecine du Corps & de l'Eſprit, n'en accorde que ſept, ſelon le Vers qui ſuit:

Septem horas dormiſſe ſat eſt juvenique ſenique.

Plutarque compare agréablement le Sommeil à un Publicain ou Receveur des Taxes : „ De même, dit-il, que ces „ Gens là dérobent la moitié de ce qui „ paſſe par leur Mains ; auſſi le Sommeil „ nous dérobe la moitié de notre vie. Ainſi plus nous dormons, & moins nous vivons. Et ſi le tems que les Maladies emportent ne doit être conté pour rien, je crois qu'il en doit être de même de celui que nous employons à dormir. Le Sommeil néantmoins nous fait de grands biens, ſi on le prend modérément. Nous liſons la plus part de ces Avantages dans ces trois Vers d'Ovide, lors qu'il fait parler Iris Meſſagere de Junon, au Dieu du Sommeil profondement endormi dans la Caverne Cimmerienne.

Somne quies rerum, placidiſſime Somne Deorum.
Pax animi, quem cura fugit, qui corpora duris
Feſſa miniſteriis mulces, reparasque labori.

„O Sommeil le plus tranquile de tous „les Dieux, le Repos de toutes Cho„ſes, & la Paix de l'Ame; Toi que les „Soins abandonnent; qui délaſſes les „Corps fatiguez par leurs Travaux pé„nibles & journaliers; & qui les rends plus „frais, & plus propres à les reprendre. Je me ſuis ſouvent demandé à moi même, les Raiſons pour leſquelles le Sommeil eſt ſi néceſſaire à tout ce qui reſpire, que ſans lui la Vie ne peut ſubſiſter: ou du moins elle eſt ſi triſte, ſi inſuportable, & ſi courte: comme il arriva à Mécénas qui à la verité paſſa trois Ans entiers ſans dormir, mais qui en étant devenu Pcûmonique, mourut au bout de ce tems là. La même choſe arriva auſſi à Nizolius Ciceronianus qu'Heurnius *lib. de morb. cap.* dit avoir paſſé dix Ans entiers ſans dormir: pendant leſ

quels

quels il eſt à remarquer que, quoi qu'il ne fit autre choſe que chercher, il ne trouva néantmoins jamais rien, qui pût pleinement ſatisfaire ſon eſprit avide de la Vérité. Si Quelcun me dit ici que le Sommeil eſt tres néceſſaire, pour réparer les pertes d'Eſprits que nous faiſons tous les jours par les Veilles & par le Travail. Je répondrai avec Sanctorius *In Staticâ*, que ce que nous en perdons inſenſiblement pendant le Sommeil, eſt bien plus conſiderable que ce qui s'exhale pendant que nous veillons. Si d'autres veulentque le Sommeil ſoit ſi néceſſaire, par ce qu'il acheve la Digeſtion des Alimens par le moyen de la Chaleur & des Eſprits qui ſont alors concentrez au dedans; & qu'ainſi le ſuc nourricier s'attache plus promptement aux parties qu'il doit nourrir; comme nous voyons dans quelques Animaux qui s'engraiſſent en dormant: ce qui n'arrive pas quand on veille à cauſe que cette même Chaleur & ces mêmes Eſprits ſont alors au dehors, & aux Extrémitez. Je dirai que quoique tout cela puiſſe être tres vray, néantmoins il ne démontre point encore la Raiſon

ſon de cette Néceſſité ſi grande du Sommeil, que ſi on ſe trouve par quelque accident obligé de paſſer deux ou trois nuits ſans dormir, on ſe trouve ſi foible qu'à peine peut on ſe tenir ſur ſes jambes; quant même on auroit eu avec abondance, ſoit les meilleurs Alimens, ſoit les Vins les plus excellens, & les plus capables de fortifier. Pourquoi donc n'y a-t-il rien qui puiſſe réparer le dommage que cauſe l'Inſomnie que le ſeul Sommeil? n'eſt ce pas plutôt à cauſe que par les Veilles continuelles, les Fibres ſont dérangées; leur Mouvement, & leur Harmonie ſont interrompus, pour être continuellement tendües; aulieu que, par le Sommeil, étant comme débandées, & relachées; elles ſont comme dans une ſituation mitoyenne entre le Mouvement, & l'Inaction. En effet lorsque nous ſommes éveillez, ſoit que nous ſoyous aſſis ou debout, que nous marchions ou que nous nous arrêtions, les Muſcles, les Nerfs, les Fibres, tout eſt dans une tenſion, & une action continuelle, excepté peutêtre quelques intervalles: aulieu que dans le Sommeil les uns & les autres ſont dans une égale inaction. C'eſt

ceque nous marque la Poſture des Animaux qui dorment, comme les Bœufs, les Chiens, les Chats, & tous les Quadrupedes; C'eſt à dire courbez ou couchez en demi Cercle. Les Enfans même n'ont-t-ils pas tous ordinairement dans le lit leurs Genoux presqu'à leur Menton; & lors qu'ils viennent à être Hommes, ne ſont-ils pas toûjours un peu pliez pour dormir? Car nous ne pourrions pas même nous endormir ſi nos bras etoient étendus, & nos cuiſſes & nos jambes droites comme des Piquets, & dans une ſituation pareille à celle où nous les avons en veillant. Mais c'eſt aſſez s'être étendu ſur cette matiere; nous l'abondonnons volontiers à des Genies plus ſublimes qui ſouhaiteront de l'approfondir davantage.

J'àjouterai ſeulement encore, pour finir ce Chapitre, un excellent Oracle de notre Maître Hipocrate *Lib. 6. Epid.* qui contient un Précepte qui vient très bien à notre ſujet. *Somnus in frigore cooperto*; le Sommeil ſe doit prendre dans un lieu froid, mais couvert & fermé. Cet endroit a demandé quelques explications, étant un peu obſcur de lui même dans le

le Grec ; auſſi en a-t-on donné pluſieurs en Latin ; particulierement Galien & Valleſius, dans leurs Commentaires ſur ce paſſage. Néantmoins la plus vraye, & la plus naturelle ; & celle qui contient une règle ſûre pour que le Sommeil ſoit utile à la Santé, eſt celle que je viens de donner, en traduiſant les mots d'Hipocrate. Il faut plutôt dormir dans un Lieu froid, que dans un qui ſoit chaud; afinque la Reſpiration ſe faſſe plus aiſément : car en dormant il ſe fait une Concentration au dedans ; étant alors l'intention de la Nature de réchauffer les Entrailles : ainſi il eſt bien meilleur de reſpirer un Air froid ; mais auſſi il faut en même tems que le Corps ſoit bien couvert, de peur que la rigueur de ce Froid n'interompe le Sommeil. C'eſt ainſi que Paul Heredia interprete ces parolles d'Hipocrate, & Cornelius Celſus paroît avoir été du même ſentiment, ou plutôt avoir emprunté le précepte d'Hipocrate ; quand il a recommande de dormir dans un endroit qui fut froid, & ſpacieux. Ceux là ne font donc pas de bien à leur Santé, qui pour ſe garantir du Froid pendant l'Hyver, dorment dans des

chambres petites & étroittes, comme ſont parmi nous les Religieuſes, & les Moines de certains Ordres, qui dorment dans de petites Cellules. Les Medecins ſavent parfaitement bien quelle odeur forte s'exhale de ces Cellules, lors qu'ils y entrent le Matin pour y viſiter leurs Malades. Les Princes donc, & les Grands Seigneurs, qui ont tout à commandement, & qui peuvent ne ſe refuſer aucune Commodité, doivent ſur tout ſuivre cette Maxime d'Hipocrate, & dormir *In frigore cooperto.*

Chapitre Huitieme.

Les Medecins des Princes, & des Grands Seigneurs, doivent avoir égard aux Excrémens naturels; qui ſont les reſtes des Coctions qui ſe font dans nos Corps; afin qu'ils ſe faſſent düement, & que l'un ne ſoit point un Obſtacle à l'autre.

Si par l'Art de cuire & d'aſſaiſonner les Alimens néceſſaires à la ſuſten-

ta-

tation de la Vie, on a trouvé celle de les rendre non seulement agréables au Goût, mais encor plus faciles à digérer; ne pourroit on pas aussi trouver par la Chimie l'Art de réduire comme en une Quintessence ce qu'il y a dans ces mêmes Alimens de Sucs nouriciers, & propres à sustenter les parties les plus éloignées du Corps humain; afin que ce qu'il y a d'impur, & de grossier, se pût évacuer par la Transpiration; sans qu'il fut nécessaire que notre Ventre fût chargé d'une si grande quantité d'Immondices qui nous obligent à les expulser tous les jours? Si dis-je l'on pouvoit gagner ce point là, je ne croirois pas pour cela que la Condition de l'Homme en dût être le moins du Monde plus heureuse; & même bien plus, supposant la structure de notre Corps telle qu'elle est, & la disposition des parties qui le composent, nous en serions beaucoup plus foibles, & cette même structure perdroit beaucoup de sa grace & de sa beauté exterieure. Car premierement la Chaleur, & la Fermentation perpétuelle qui se fait dans l'Estomac, qui ne peut être appaisée, qu'en lui donnant sur quoi agir, nous

cauſeroit ſans ceſſe des corroſions accompagnées de péſanteurs d'Eſprit continuelles, comme nous l'éprouvons journellement, lorsque notre Eſtomac vient à être tout à fait vuide. C'eſt ce qui a donné lieu à ce vieux Proverbe ici, *Fames & mora bilem in naſum conciunt*; Souffrir la Faim, & attendre ſont deux choſes capables de jetter dans les plus grandes impatiences. Enſuite on recevroit une incommodité conſidérable du flux continuel de la Bile, & du Suc Pancréatique. Enfin la Reſpiration en ſeroit bien plus difficile; car les Inteſtins enflez, & comme tendus par les reſtes des Alimens qui y ſont envoyez, ſont le Soutien, & la Baze des Entrailles, d'où viént que ceux qui ne font d'ordinaire qu'un ſeul repas dans tout un jour, paroiſſent avoir les Entrailles pendantes; comme a dit Hipocrate *De rat. vic. in ac. n.*16. Et encore *lib. De arti. n.*51. où on lit que, de prendre peu de nourriture lors qu'on s'eſt rompu quelque Côte eſt tres condannable; car, dit-il, par la réplétion modérée du Ventre, les Côtes ſe tendent, & ſe redreſſent. Il eſt donc néceſſaire que pour la ſépa-

ra-

ration du Chile des parties les plus groſſieres, il ſe faſſe un amas des excrémens dans les Inteſtins, & qu'ils y ſoient retenus quelque tems. Il n'eſt pas ſeulement utile à l'entretien d'une bonne Santé que le Ventre ſoit de quelque raiſonable groſſeur; mais cela contribüe à donner au Corps de la grace & de la beauté: & nous voyons qu'on tourne presque toûjours en raillerie ceux qui n'ont point de Ventre; à moins qu'ils ne ſoient effectivement attaquez du Scorbut, ou entierement Hipocendres. S. Auguſtin *lib.* 22. *de Civ. Dei Cap.*24. dit, „ qu'il n'y a rien dans notre „ Corps qui ait été créé pour l'utilité, „ qui ne l'ait auſſi été pour la beauté: „ & que cela nous paroîtroit bien davantage, ſi nous pouvions connoître, „ & voir les Nombres & les Meſures „ avec leſquels toutes choſes y ſont appropriées, & jointes enſemble, pour „ compoſer une ſi belle Harmonie. L'Homme ne doit donc pas ſouhaiter d'être en cela diſtingué des Bêtes: s'il l'eſt ſeulement par la Raiſon, & la Modération, non ſeulement les Excrétions, du Ventre, mais celles des autres parties

ſe feront ſelon les loix de la Nature, ſans qu'il en reçoive aucune incommodité, ou que cela lui doive faire aucune peine. Mais je ne me ſuis pas propoſé d'expliquer ici comment ſe font dans nos Corps ſains, ſoit les Excrétions, ſoit les Sécrétions; le Savant Terenzonius Profeſſeur en Medecine dans l'Académie de Piſe l'ayant fait à la ſatisfaction de tout le Monde dans ſes derniers Ouvrages. Mon unique Deſſein eſt ſeulement de donner quelques Règles pour la Conſervation de la Santé; particulierement celle des Princes, & autres Grands Seigneurs. Je dis donc; puis qu'il eſt d'une ſi grande importance dans la Maladie, d'obſerver diligemment les Excrémens, ſoit du Ventre, ſoit de la Veſſie; pour pouvoir en même temps juger des ſuites du mal, & connoître de quels remedes on ſe doit ſervir pour le guérir: il n'eſt pas moins à propos de faire la même choſe dans la Santé: C'eſt à la vérité ce que l'on néglige tres ſouvent, ſuppoſant que cela n'eſt plus néceſſaire; mais lorsqu'il s'agit de la Santé d'un Prince, on doit apporter plus de précautions. Il faut donc que le Medecin d'un Prince ait toûjours devant

vant les yeux l'état préſent de ſon Maître ; & quoique dans une Santé parfaite, il doit obſerver s'il à naturellement le Ventre libre ou ſerré, & ſi la quantité des excrémens répond à celle des alimens qu'il apris, afin qu'il puiſſe par là juger des excès, s'il y en à eu, & y remédier. Tres ſouvent les Grands, à cauſe de la multiplicité des alimens dont la Digeſtion ſe fait plus difficilement, ſont ſujets à avoir le Ventre lâche : car ou il n'y à pas de Coction parfaite, le Ventre eſt toûjours plus libre ; & quelque fois il arrive tout au contraire, que leur Tempérament ſera tel, que par l'uſage de certains Alimens, ils ſeront ſujets à être reſſerrez ; d'où s'enſuivent de tres grands inconveniens. Hipocrate dit 3. *in* 6. *Epid.* Que la Conſtipation du Ventre cauſe une Confuſion générale ; & l'impureté des Vaiſſeaux occaſionne la ſéchereſſe & la ruine du Cerveau. Et quoique Galien dans ſon expoſition ſur ce paſſage veuille qu'on l'entende de la mauvaiſe Coction dans le Ventricule, cepandant on peut auſſi l'entendre avec Valeſius, de la puiſſance expultrice des In-

teſtins lorsqu'elle eſt en déſordre, & vitiée.

S'il arrive donc que le Ventre ſoit plus lâche qu'il ne ſeroit à propos; il faut employer les Alimens, plutôt que les Remedes; uſer de ceux qui ont quelque vertu aſtringente, & qui peuvent d'ailleurs fortifier les fibres de l'Eſtomac, & des Inteſtins; comme ſont le Pain bien cuit, & les Viandes roties; boire des tiſanes faite avec du Ris, des Pêches, des Poires, & autres choſes de cette eſpece: & ſe garder ſur tout de Vins de liqueur, Confitures, ou Sucreries. Quelquesfois lorsque par un effet d'un Tempérament particulier, comme par exemple, pour avoir les Veines trop petites, il arrive que le Ventre ſoit trop lâche; parce que le Chile ne paſſe pas aſſez facilement par les Veines du Meſentere; qui eſt la remarque du Savant Ballonius, dans ſes *Ephémerides*, (fondée dit-il, ſur l'opinion qu'on avoit de ſon tems;) ou ce qui paroît plus vrai ſemblable, par les Veines lactées du bas Ventre; comme nous voyons arriver dans les Femmes, dit le même Auteur, qui, pour la plus part, ont le Ventre plus lâ-

lâche ; à cauſe que s'accablant, pour, ainſi dire, de toutes ſortes d'alimens ſans ordre, & ſans diſtinction, & ne s'occupant à rien qui les fatigue, leurs Vaiſſeaux n'ont pas la force de retenir les Excrémens le tems néceſſaire ; au contraire des Hommes, qui ont les Vaiſſeaux plus grands, & qui menent une Vie plus laborieuſe. Lorſque, dis-je, il paroît par des ſimptomes que les Veines ſont petites & étroites, il faut uſer de moins d'alimens, & en prendre qui aient la vertu d'entretenir, & d'augmenter la Chaleur naturelle ; & en même tems d'ouvrir davantage les Vaiſſeaux, & il ne ſera pas mauvais de prendre quelque Exercice modéré. Que ſi le Ventre eſt trop reſſerré, il faut pareillement uſer d'alimens qui puiſſent l'amollir ; comme ſont les chairs tendres, & boüillies. le Mouton, par exemple ; le Veau, le Chevrean, les Poulets, & le Poiſſon ; & boire des tiſanes faites avec des Herbes, des Raiſins ſecs, des Prunes, & autres choſes ſenblables.

Pruna peregrinæ carie rugoſa ſenectæ
Sume, ſolent duri ſolvere ventris onus.

Il faut bien prendre garde de ne ſe point

ſervir de Cliſteres émolliens, ſi ce n'eſt dans une extreme néceſſité : car quoique faits d'herbes & de lait ; ſi l'uſage en eſt fréquent, il rompt les fibres des Inteſtins, affoiblit, & cauſe ſouvent des Tranchées dans le Ventre ; outre qu'il reduit à la fin le Corps à un fort triſte état. J'ai connu autre fois un Cardinal à Rome, qui étant continuellement reſſeré, ſe faiſoit tous les deux jours donner un Cliſtere émollient par un de ſes domeſtiques ; mais il ne lui faiſoit pas toûjours le bien qu'il en attendoit : au contraire, il avoit de tems en tems des Trenchées violentes ; & néantmoins, s'étant accoûtumé a cette maniere de Vie, il ne pouvoit plus ſe paſſer de ces Cliſteres ; & il les a pris tant qu'il a vécu. Il faut encore plus ſe garder de ces Remedes purgatifs appelez *Eſtoproti-ques*, qui ſe prennent par la bouche ; car ils cauſent toujours quelques Mouvemens violens à l'Eſtomac. Il y a des gens qui veulent qu'on prenne quelques grains de Caſſe, lors qu'on eſt reſſerré ; mais la Caſſe n'eſt pas un remede ſi innocent qu'on n'ait rien à en craindre ; car elle eſt Venteuſe, & peu amie de l'Eſtomac.

Bal-

Ballonius tres ſavant Medecin, l'appelle *Cacoſtomachos* ; & 2. *Epid.* il en déſaprouve entierement l'uſage dans les Maladies des Reins & de la Veſſie, ſoit qu'on ſoit purgé, ſoit qu'on ne le ſoit pas : & il prétend même qu'elle contient une ſorte de Poiſon. Fallopius *De Med. Pur. Cap. de Caſſia.* Johannes Barovicius *lib. de ren. & Veſ. Cal.* Ludovicus Nonius dans ſon Epitre au même *Beverovicius* ; & beaucoup d'autres; la déſaprouvent abſolument. Ainſi les Princes, & les Grands Seigneurs, étant d'eux même aſſez ſujets aux Maux de Reins, ſoit de famille, ſoit par quelque excès dans leur maniere de Vivre ; le Medecin pour leur amollir le Ventre lors qu'ils en ont beſoin, doit tres peu ſonger à la Caſſe : mais plutôt leur perſuader de garder un bon Régime, & d'uſer d'alimens qui peu à peu les puiſſe lâcher.

Il ne faudra pas moins d'exactitude à obſerver quelles ſont les Excrétions de la ſeconde Coction, & même de la troiſieme; car ſouvent elles n'ont pas de l'une à l'autre, la dûe proportion qu'elles devroient avoir. Une trop

grande mixtion marque que les Déjections ſont en trop petites quantité, dit Hipocrate 4. *Aphor.* Car, la matiere la plus fluide étant détournée dans les conduits de l'Urine, il n'eſt pas étonnant que les Excrémens du Ventre, en ſoient plus durs & plus ſecs, & que les Déjections ſoient petites. Elles ſont ordinairement rendües plus abondantes, ou par l'uſage des Alimens chauds, & des Vins purs & forts ; ou par un effet d'un Tempérament chaud & ſec. Ceux qui ſont de ce Tempérament là ſont appellez *Epiphlébes*, pour marquer qu'ils ont les Vaiſſeaux larges, & qu'ainſi ils urinent beaucoup : parce que par la largeur des Veines Lactées, il s'écoule beaucoup d'humeurs, qui étant mêlées avec le Sang, ſont enfin portées conjointement aux Reins. Hipocrates 3. *In* 6. *Epid.* ditque, *Cutis raritas ventris denſitas :* la Peau mince rend le Ventre dur ; parce que la Tranſpiration eſt plus copieuſe, & par conſequent, les parties groſſieres en ſont plus ſéches ; l'humidité du Ventre étant ce qui rend les Excrémens déliez, & plus faciles à être rejettez. Ce ſera donc le ſoin du Mede-

cin

cin, autant qu'il lui ſera permis, de faire en ſorte que, par le moyen de ces trois Emiſſaires principaux du Corps humain, il purge düement, & ſelon les loix de la Nature, les impuretez de ce méme Corps : ce qu'il fera par le ſecours d'un bon Régime de Vie, & de l'uſage prudent des choſes qui ſont moins naturelles.

Chapitre Neuvieme.

Qu'il n'y a rien qui faße plus de tort à la Santé des Princes que les Paſſions de l'Ame, & qu'il n'y a rien à quoi l'Art de la Medecine puiſſe le moins remédier.

Entre les choſes que les Medecins appellent Non naturelles, & qui tiennent un certain milieu entre celles qui ſont proportionées aux forces de la Nature, & celles qui les ſurpaſſent; les Paſſions de l'Ame ſont contées les dernieres. Mais je crois qu'elles le devroient être les premieres; comme ayant

beaucoup plus de force, & d'influence que les autres, ſur la bonne, ou ſur la mauvaiſe Santé. Quiconque ne connoît pas encore aux effets, & aux ſignes que produiſent les Paſſions, la grande force qu'elles ont, & qu'elle grande révolution elles ſont capables de cauſer en un momment, dans toute la maſſe du Sang; il n'a qu'à lire là deſſus ce qu'en a ſi bien écrit Cambræus *lib. de Paſſ. Carac.* Dans la Colere, qui eſt la plus violente des Paſſions, d'abord le Sang ſe retire au dedans pour un inſtant, & puis il eſt repouſſé vers les Extrémitez avec une Violence ſi grande, que le Viſage & les Yeux en deviennent rouges, la Bouche eſt amere, les Levres écument, le Poûs eſt haut & fréquent, la Parole eſt entre coupée, tous les Mouvemens ſont inquiets, troublez, & comme convulſifs; & beaucoup d'autres ſignes d'une perſonne plutôt enragée, ou furieuſe que raiſonable, ou en Santé. L'Ame offencée ne ſe ſent pas plutôt aſſez de forces pour repouſſer ce qui la bleſſe, ou ce qui lui eſt odieux, que les ramaſſant toutes en un momment, elle pouſſe le Sang & les Eſprits au dehors, par le mi-

miniſtere du Coeur ; dont les Syſtoles ſont alors ſi violens, & ſi fréquens, par le flux impetueux des Eſprits animaux, que ce Sang, porté avec précipitation par les Arteres, n'a pas le tems de rentrer dans les Veines ; & s'extravaſant en quelque maniere, cauſe à la Peau cette rougeur qui y paroît. Le contraire arrive dans la Crainte ; lorsque l'Ame ſent ſes forces trop petites pour repouſſer ſon Ennemi. Il ſe fait alors une Contraction générale de toutes les fibres, le Sang ne peut plus circuler ; ou pour le dire autrement il eſt reporté vers ſon Principe par les Arteres ; ce qui à fait admettre à pluſieurs, entre les différens mouvemens du Sang, celui de la Rétrogradation. Car par la loi de Simpathie, & une eſpece de Néceſſité mechanique entre l'Ame & le Corps ; il eſt évident que ſelon qu'il ſe fait certains mouvemens dans la premiere, les mêmes ſe font dans le dernier, & dans toute la maſſe des Fluides : c'eſt là raiſon pour laquelle dans un Homme effrayé la Pâleur ſaiſit ſon Viſage ; le Corps demeure ſurpris, & ſans mouvement, ſemblable à une Statüe ; l'Eſprit

prit eſt comme ſtupéfié, & la Voix même ne peut ſortir. Il en eſt ainſi de toutes les autres Paſſions; elles ont toutes leurs marques, & des ſignes qui leur ſont propres; comme le remarque l'Auteur que j'ai cité en dernier lieu. Si donc lorsque l'Ame eſt troublée, il ſe fait un ſi grand boulverſement, ſoit dans le Sang, ſoit dans le reſte des Fluides; il ne faut pas s'étonner que dans les Paſſions, l'Oeconomie naturelle ſoit renverſée, & que la Santé puiſſe être en danger. Il y a dans les Hiſtoriens un nombre infini d'exemples de gens qui ſont morts d'un mouvement furieux de colere, & d'autres dans qui la frayeur, ou même une joye inesperée, apres une triſteſſe extrême, fermant entierement le paſſage aux Eſprits, les ont fait mourir ſur le champ.

Si les Paſſions dans les perſonnes ordinaires, & même celles de la plus baſſe condition, ont tant de pouvoir ſur le Corps, comme nous en voyons tous les jours des exemples; combien plus en doivent elles avoir dans ceux qui quoiqu' élevez au deſſus des autres pour leur commander, ou les gouverner,

ne

ne peuvent pas tres ſouvent, avec toute leur Puiſſance, ou obtenir ce qu'ils ſouhaitent avec le plus d'ardeur, ou prévenir des Accidens qui leur doivent cauſer tant de chagrin, que même la nuit en dormant ils ne ceſſent d'y ſonger. Qui eſt le Prince qui poſſédant un Etat, un Royaume, un Empire, ne voulût avoir la Fortune d'Auguſte, ſon Bonheur, l'Etendüe de ſes Etats; & ne joigne à tout cela le ſouhait d'une vie tres longue? Mais s'il veut bien ſe donner la peine de lire Pline *Cap.* 45. *lib.* 7. *hiſt. nat.* où cet Auteur fait un long dénombrement des malheurs d'Auguſte. Quoique cet Empereur ait jusqu'alors paſſé dans ſon Eſprit pour le plus heureux Prince qui ait jamais vécu, il ne croira que trop devoir changer de ſentiment. Auguſte s'eſt plaint plus d'une fois de ſes malheurs, en des termes, qui faiſoient aſſez voir jusqu'où ils le touchoient. J'ai, diſoit-il quelquefois à ſes Amis, deux Filles tendrement aimées, & dont il faut que je ſupporte les foibleſſes; ce ſont Julie, & la République. Il parloit ainſi de Julie, parce qu'il avoit plus de raiſon qu'il n'eut ſou-

ſouhaité, de ſoupçonner ſa Sageſſe. Macrobe *Lib. 2. Satur. Cap. 5.* nous apprend de quelle frayeur, & de quelles angoiſſes ce Prince fut ſaiſi au moment qu'il aprit la défaite de Varus en Allemagne. Il fit doubler les Gardes dans la Ville, de peur de quelque tumulte; comme ſi les Allemans euſſent déja été aux Portes de Rome; il fit des Voeux ſolemnels à Jupiter pour le ſalut de la République; „& ſon chagrin alla mê-„me jusqu'à demeurer pluſieurs mois „ſans couper ſa barbe ou ſes cheveux, „pendant lesquels on le vit ſouvent „fraper ſa Tête contre les Murail-„les, ou les Portes, & s'écrier de „toute ſa force, *Varus, rends moi mes „Legions.*

Quoi qu'Auguſte eut un Extérieur agréable, & que ſon Tempérament parut aſſez bon, il ne laiſſoit pas d'être Valétudinaire, Nous liſons qu'il fut trés ſouvent attaqué de Violentes Maladies; & qu'Antonius Muſa Médecin très célebre, déſeſpérant une fois de le guérir, parce qu'il ne réuſſiſſoit avec aucun des remedes ordinaires, qui lui paroiſſoient néantmoins les meilleurs; fut en-

enfin obligé d'en tenter de tout contraires ; par le moyen desquels il en vint heureuſement à bout, & le rétablit entierement. „Ce n'eſt pas là ce que font „ordinairement les Medecins, dit Celſus, particulierement à l'égard des „Grands : ils ne veulent jamais rien éprouver ſur leur ſimples Conjectures, „de peur qu'on ne les accuſe d'avoir „tué le Malade, s'ils ne le guériſſent „pas. Mais pour revenir ou j'en ſuis reſté : je ne crois pas qu'on puiſſe attribüer la mauvaiſe Santé habituelle, ou même les groſſes Maladies de ce Prince, qu'aux Paſſions & aux Afflictions de ſon Eſprit, qui ne pouvoit s'accoûtumer à cette variété ſi diſcordante d'une bonne & d'une mauvaiſe Fortune. Puis donc qu'il arrive tous les jours aux Princes aſſez d'accidens nouveaux capables de troubler leur Eſprit, & de les chagriner ; il n'eſt pas extraordinaire qu'ils ne joüiſſent pas d'une Santé parfaite. Il l'eſt bien d'avantage quils ne ſoient pas plus ſouvent tout à fait malades. Nous venons de voir pendant les premieres dix Années de ce préſent Siecle, de quelle furieuſe Tempête

te peut être agitée la Fortune des Princes, par l'exemple de presque tous ceux de l'Europe ; pour lesquels, comme pour le rétabliſſement de la Paix, on à été obligé de faire des Prieres publiques dans tous les Royaumes Chrètiens. Il faut donc que les Princes qui ont leur Santé à coeur, ſoient toûjours en garde contre la Violence des Paſſions de l'Ame, autant qu'il leur eſt poſſible. Je ne dis pas qu'ils aillent jusqu'à l'Apathie, ou l'inſenſibilité que certains Philoſophes ont vainement & ſuperbement affectée; car ce ſeroit ôter l'Homme de l'Homme même. Nous pouvons bien, dit St. Jérôme, pendant que nous ſommes dans „ce Tabernacle mortel, & cette Chair „fragile, régir & modérer les troubles, „& les Paſſions de notre Coeur ; mais de „les abattre entierement, & de les re„trancher tout à fait ; nous ne le pouvons „pas. Que les Princes donc ſe réjoüiſſent ; qu'ils reſſentent de la douleur ; qu'ils ſoient triſtes ; qu'ils ayent de la pitié, qu'ils ſe mettent même quelquefois en colere ; Mais que ce ſoit une Colere digne d'un Prince, & telle qu'Ovide repréſente celle de Jupiter.

In-

Ingentes animos, dignas Jove concipit Iras.

C'eſt ainſi que les S.tes Lettres nous diſent que Dieu eſt en colere, & qu'il punit le Péché dans les Hommes. Il eſt donc de grande conſéquence, que lorſqu'on eſt en colere, ou ne paſſe pas à la fureur, de peur qu'on n'ait lieu après cela de ſe repentir de ce qu'on aura fait alors ; comme Galien le raconte de l'Empereur Adrien *lib. de cognoſ. & cur. ans. mor.* Cet Empereur ayant crevé l'œil d'un de ſes Domeſtiques dans ſa fureur, & le voyant, après que ſa Paſſion fut refroidie, réduit à l'affliction de n'avoir qu'un œil, en eut tellement pitié, que ſe repentant de ſa faute, il lui promit de lui donner tout ce qu'il lui demanderoit, pour la réparer autant qu'il étoit en lui : mais ce Domeſtique ne répondant rien, il lui réitera ſes promeſſes ; enfin cet Homme lui dit, qu'il ne ſouhaitoit rien qui fut poſſible ; puis que n'ayant beſoin de rien, il ne ſouhaitoit rien non plus, ſi ce n'étoit de n'avoir pas perdu ſon œil, ce qui ne pouvoit plus ne pas être. Il faut donc

que

que la Raiſon ſeule tienne les rênes des Paſſions, & gouverne les Mouvemens de l'Ame ſenſitive ; particulierement dans la Colere, à laquelle ceux qui ont le plus de Puiſſance ſont les plus ſujets

——— *Animum rege, qui niſi ſervit*
Imperat, hunc frænis, hunc tu compeſce catenis.

La Modération dans la Colere, eſt ce qui concilie aux Princes, le reſpect & l'amour de leur Peuples; qui ſont alors certains que leurs Princes ne font rien qui ne ſoit dicté par la Prudence, & par la Juſtice. C'eſt ce que veut dire Claudianus dans les Vers ſuivans

——— *Diis proximus ille eſt*
Quem ratio non ira movet.

Le ſeul remede contre le mauvais effet des Paſſions eſt donc la Raiſon ; qu'on ne doit pas attendre de la Medecine, mais de la Morale. Ce n'eſt autre choſe que la Raiſon que Galien nous donne à entendre dans l'Ouvrage que j'ai cité de lui un peu au deſſus, à ſavoir, le livre

De

De Cognoſ. & cur. anim. morbis. Cependant pour que le miniſtere du Medecin ne paroiſſe pas en ceci abſolument inutile au Prince ; il faut qu'il ait ſoin de remarquer à quelles Paſſions il eſt le plus ſujet; ſi c'eſt à la Colere, ou à la Triſteſſe, ou à quelqu' autre affection: ce qu'il eſt à préſumer qu'il doit connoître, plutôt que qui que ce ſoit. Il peut alors leur oppoſer un Régime de vivre capable de modérer cette diſpoſition naturelle. Par exemple, ſi le Prince eſt d'un Tempéramment vif, chaud, & ſanguin ; qu'il lui perſuade d'uſer de ces Alimens qui repriment la violence des Eſprits, & qui diminüe la maſſe du Sang; comme le Vin modérément mêlé d'eau ; & en un mot, tout ce qui peut le raffraîchir. Mais ſi au contraire il eſt enclin à la Triſteſſe ; qu'il lui conſeille les Alimens qui ſont les plus remplis d'Eſprits Volatils, qui puiſſent les porter au Sang, & rendre par là ſon mouvement plus vif. Selon la néceſſité qu'il en verra, qu'il lui faſſe boire des Vins médiocrement forts, & plus propres à ſon Tempéramment. C'eſt ainſi que l'on traite les Mélancholiques, & ceux qui

qui ont beaucoup de ſoins, & d'embarras qui les accablent; parceque ces ſortes de Vins adouciſſent les parties acides du Sang, de la même maniere que les Acides du Vitriol, du Souphre, & autres Minéraux ſont adoucis avec l'Eſprit de Vin. Au livre des Proverbes il eſt dit, *Date ſiceram mœrentibus, & vinum iis qui amaro ſunt corde.* Donnez de la Cervoiſe aux triſtes, & du Vin à ceux qui ont des Amertumes de Coeur. C'eſt ainſiqu' Helene, dans l'Odiſſée d'Homere, preſente à Ménélas & à Télémaque fils d'Uliſſes, ce ſouverain Remede contre la Triſteſſe; c'eſt à dire du Vin *Nepentique*, ou qui chaſſe toute ſorte de Chagrin & de Mélancolie; dont Polidamna Femme du Roy Théonis luy avoit fait préſent en Egipte. Que ſi le Medecin voit que ſon Prince s'abatte & maigriſſe, à cauſe de quelque accident qui lui tiendra trop au coeur; qu'il l'avertiſſe promptement d'avoir recours aux remedes néceſſaires, pour prévenir la maladie qui pourroit s'en enſuivre: & peut être, par le moyen de ces penſées & de ces craintes, réuſſira-t-il à détourner ſon Eſprit de ces Idées qui l'affligent, & le tourmentent. CHA-

Chapitre Dixieme.

Jusqu'où doit aller dans un Prince l'Etude des Belles Lettres, pour ne pas nuire à sa Santé.

Les Princes, dont le propre Office est de composer, ou de dicter eux mêmes ce qui doit être écrit de leur part, ont quelque fois la demangeaison de s'enfonçer dans l'Etude des Lettres pour se rendre plus habiles, ambitionnant même de remporter quelque fois le prix dans cette Carriere là : quoiqu'il arrive souvent, que leur trop grande application non seulement les prive des fruits qu'ils attendoient de leur travail; mais, ce qu'il y a de pire, leur Santé en reçoit beaucoup de préjudice. Il est vrai qu'il est d'autant, plus mésséant à un Prince, ou autre Grand Seigneur, qu'il est plus élevé au dessus des autres, de n'avoir aucune connoissance des Belles Lettres. Il en est bien moins agréable & moins cher à ses Peuples; qui aiment que leurs Princes ne soient

pas moins des Exemples de toutes ſortes de Vertus, que des Modeles de toutes les belles Qualitez naturelles ou acquiſes. Il eſt non ſeulement néceſſaire qu'il ait paſſé les premieres années de ſa Jeuneſſe à l'Etude des Lettres; particulierement des Humanitez, telles que ſont la Langue Latine, la Réthorique, les Poëtes; mais il eſt certain qu'outre l'honneur que cela lui fera; il en retirera encor cet avantage particulier, que ſi de ſon naturel, il eſt rude & impoli, cette ſorte d'Etude le changera entierement.

Scilicet ingenuas didiciſſe fideliter artes
Emollit mores, nec ſinit eſſe feros.

Il eſt donc à propos, que celui qui eſt élevé au deſſus des autres, ſoit médiocrement imbu des Sciences, même les plus ſublimes; telles que ſont la Philoſophie, & les Mathematiques; afin que s'il ſe trouve quelquefois preſent à quelque diſpute ſur ces matieres, il entende du moins l'état de la Queſtion: quoiqu'il ne ſoit point du tout néceſſaire qu'il ſache toutes les ſubtilitez de la Logique,

gique, *& curtum ſermone rotato torqueat Enthymema.* Il faut néantmoins qu'il ſoit encor plus verſé dans la Philoſophie Morale, que dans la naturelle. Il y trouvera ſans beaucoup de peine un grand nombre de préceptes, ſoit dans les anciens, ſoit dans les nouveaux Auteurs, qui lui ſeront d'un grand ſecours, pour lui aider à bien gouverner ſes Sujets. Ceux qui ſe ſont entierement dévouez à l'Etude des Lettres ſavent aſſez combien de tems, de forces, & de Santé leur coute ce Titre, *O hominem litteratum!* Il a fallu qu'ils ayent pâli de fatigue ſur les livres, & qu'ils ayent paſſé leur vie à la lueur d'une Lampe; comme on diſoit de Démoſtenes, qu'il avoit plus brulé d'huile qu'il n'avoit bû de Vin;

Qui ſtudet optatam curſu contingere metam,
Multa tulit fecitque puer, ſudavit, & alſit.

a dit Horace dans ſa Poëtique. Puis donc qu'on ne peut obtenir quelque réputation dans les Lettres, ſans beau-

coup de Travail & de Veilles, & par conſéquent, ſans ruiner ſa Santé ; les Princes, qui ne ſont pas tant nés pour eux que pour les autres doivent avoir plus de ſoin d'eux mémes, & être ſavans avec *Sobriété* ; Les Corps quoiqu'en Santé reçoivent trop d'incommodités d'une trop grande application à l'Etude, & d'une recherche trop profonde des choſes cachées. D'abord c'eſt l'Eſtomac qui ſouffre ; la Chaleur naturelle, & les Eſprits étant détournez de leur chemin ; & de leur fonction ordinaire, qui eſt la Coction des alimens ; car *tel Chile, tel Sang* : & ſi le premier eſt corrompu, il s'enſuit que l'autre l'étant auſſi, toute la diſpoſition du Corps eſt dérangée. D'où vient que Q. Sérenus, comme nous avons dit plus haut, appelle l'Eſtomac, *le Roi de tout le Corps* ; dont la bonne diſpoſition influë ſur tous les Membres, pour les maintenir dans la vigueur néceſſaire. Aprés l'Eſtomac, c'eſt la Tête, de toutes les autres parties, qui ſouffre le plus. La Tête qui eſt le Siége de l'Ame, & le Palais des Sciences, eſt incommodée par la tenſion, & *l'Extaſe* continuelle

des

des Nerfs, qui arrive dans la Contemplation des choſes ſublimes; & delà les autres parties du Corps étant privées de la Lumiére animale, il s'enſuit un abatement, & un engourdiſſement inevitables. Le Sang coule plus lentement dans ſes Vaiſſeaux; & il faut néceſſairement que toute l'œconomie du Corps s'en reſſente. Ce qui fait dire à Plutarque, que ſi le Corps diſputoit avec l'Eſprit, qui eſt celui qui a le plus cauſé de dommage à l'autre; le dernier ne gagneroit pas ſa cauſe. Platon a dit dans *Timée*, qu'un Eſprit toujours appliqué à l'Etude remplit le Corps de langueurs; enſorte qu'il eſt ſouvent néceſſaire de la quitter abſolument. Les Incommoditez que la Santé reçoit de cette vaine ambition de ſe rendre célebre dans la République des Lettres, ſont en ſi grand nombre; qu'il eſt tres difficile d'acquerir en même temps une grande réputation, & une bonne Santé. Car comme il eſt néceſſaire d'être toujours penché ſur des livres, & d'écrire quelquefois, celá ne ſe peut faire ſans reſter pluſieurs heures dans la même poſture, ſoit aſſis, ou debout; ce qui eſt également nuiſi-

ble à la Santé. Car ſi l'on demeure aſſis, il en arrive des engourdiſſemens, par la continuelle compreſſion des cuiſſes, & des jambes; & ſi l'on eſt debout, les Muſcles ſont tres fatiguez par la continuelle tenſion à laquelle ils ſont forcez: & dans l'un ou dans l'autre, le mouvement du Sang ſe fait plus lentement. Il n'eſt pas hors de propos de remarquer ici, que les Religieux de certains Ordres, qui ſont particulierement addonnez aux Etudes, quoique d'ailleurs ils ayent une honnête liberté, & qu'ils ſoient nourris d'alimens excellens; presque tous néantmoins ſont maigres de Corps, & mélancoliques d'Eſprit: & que d'autres Religieux de quelques autres Ordres, qui ſont plus appliquez à la Contemplation des choſes céleſtes, & à la piété, qu'aux Sciences, quoique leur vie ſoit fort auſtere, qu'ils aillent nus piés, & qu'ils ſoient vétus l'Eté comme l'Hyver, ſont cependant gros & gras; ont une bonne couleur, & une meilleure Santé. Puis donc que les Princes doivent avoir un grand ſoin de leur Santé, non ſeulement pour eux, mais pour les autres auxquels ils commandent;

dent ; Il eſt bon qu'ils ne s'appliquent à l'Etude que modérément, pour leur plaiſir, & peu d'heures ſeulement ; & s'il faut qu'ils veillent ; que ce ne ſoit que pour procurer à leurs Sujets un ſommeil plus libre & plus ſûr. Comme le rapporte Plutarque d'Epaminondas Chef des Thébains : qui étant interrogé, pourquoi il faiſoit la nuit le tour des Murailles de la Ville ? Répondit ; *Qu'il étoit ſobre, & qu'il veilloit, pour que les autres euſſent une liberté plus entiere de ſe divertir à boire, & de dormir enſuite, ſans avoir rien à craindre de leurs Ennemis.* C'eſt ainſi que le Divin Homere 2. *Iliad.* fait veiller Jupiter pendant que tous les autres Dieux ſont endormis.

Tum reliquos omnes, Divosque hominesque tenebat
Pernox ſomnus ; at inſomnis Saturnius unus.
Pectore ſollicito volvebat. . . . . .

Outre cela, l'on a toujours remarqué, que les Princes qui ſe ſont trop addonnez aux Sciences ſublimes ont

été tres peu heureux, & qu'ils n'ont pas ſeulement fait beaucoup de tort à leur Santé, mais auſſi à leur Gloire, & à leur Réputation; jusqu'à être mis dans les Satires publiques, & recevoir des Sobriquets. Alphonſe de Caſtille, pas exemple, dont nous avons encore aujourd'hui les Tables Aſtronomiques; que de malheurs n'a-t-il pas éſſuyé? les hiſtoires en ſont pleines. Il étoit entierement abſorbé dans la contemptation des mouvemens des Planetes, & particulierement des erreurs de Mars, pendant qu'il en commettoit d'irréparables dans la conduite de ſon Etat, & l'on a même dit, qu'il en étoit devenu ſi impie, que de blâmer tout haut les Oeuvres de la divine création; à l'exemple de ce bouffon dans Lucien. Julien Empereur, ſurnommé l'Apoſtat, n'a-t-il pas toujours paſſé pour un prodige dans l'Eloquence, & dans toutes les autres Sciences? Nous avons encore de ſes ouvrages qui en font foi: mais dans quelles abominations n'eſt il pas tombé? Quelle fin a-t-il fait? On le peut voir dans les hiſtoires. Henry VIII. Roi d'Angleterre, à qui Ludovicus Vi-

vès

vès dedia ſes commentaires ſur le livre de Saint Auguſtin *De Civ. Dei*, fut grand amateur des Lettres, & fort ſavant. Il écrivit même un livre contre Luther, qui lui mérita le Titre de *Défenſeur de la Foi*, & puis après, dans quelles erreurs ce Roi auteur eſt tombé, tous le ſavent ; & lui même, ſi nous en croyons les Ecrivains de ſon tems, le ſut bien auſſi, lorsqu'en mourant il s'écria, qu'il avoit tout perdu. Jacques Stuart premier, Roi de la Grande Bretagne, tout occupé qu'il étoit à feuilleter les livres qui traittoient de la Liturgie, & trop addonné aux Matieres Téologiques, ſe crût aſſez habile pour tenir tête au Cardinal Bellarmin, dans des écrits qu'il fit publier ; & où le Stile aigre, & les injures n'étoient pas épargnées ; quoique les réponſes que lui fit ce Cardinal, fuſſent également pleines de douceur, du reſpect qui eſt dû aux Têtes Couronnées, & de la doctrine la plus ſublime : comme il appartenoit à un Prince de l'Egliſe orné de la Pourpre, & nourri presque toute ſa vie dans la pieuſe Ecole des Rds. Peres de la So-

ciété de Jeſus. Les Anglois mêmes ne l'ont pas épargné là deſſus; & l'ont appellé par mépris, le Roi Téologien. Antonin le Pieux Empereur, a acquis auſſi le ſurnom de Philoſophe: mais il n'a jamais rien fait non plus, pour mériter celui de courageux; n'ayant fait aucune Expédition Militaire; & s'étant montré trop doux à punir les Criminels; ou trop facile à ſupporter les Impudicitez publiques de Fauſtine. Les Princes donc qui s'addonnent plus qu'il ne faut aux Sciences, ſont fort peu eſtimez par leur Sujets: comme étant plutôt nez pour le Cloître, que pour les Armes. *Potius ad clauſtra, quam ad caſtra nati.* Romulus qui ſelon la rudeſſe & l'ignorance de ſon Tems, n'avoit que tres mal partagé l'année en dix mois; eſt loüé cependant par Ovide en des vers, où il lui dit „qu'il con-„noiſſoit mieux les Armes que les Aſtres, „& que toute ſa ſcience ſe bornoit à fai-„re des Conquêtes.

Scilicet arma magis, quam ſidera, Romule, noras,
Curaque finitimos vincere major erat.

Si

Si néanmoins un Prince a du goût pour la *Polymathie* ; & qu'il ſoit bienaiſe d'acquerir des connoiſſances dans toutes ſortes de Sciences : il le peut faire ſans beaucoup de travail, avec honneur, & ce qui eſt encore plus conſiderable, ſans intereſſer le moins du monde ſa Santé. Il ne lui faut pour cela, qu'entretenir à ſa Cour, des Philoſophes, des Matématiciens, des Téologiens, & autres ſavans, qu'il puiſſe entendre diſputer des Matieres qui ſont de leur reſſort : ou pendant qu'il eſt à table, à diner, ou à ſouper ; ou en d'autres tems, lorsqu'il lui en prend envie. Alors il apprendra d'eux, & beaucoup plus, & avec moins de tems ou de peine, ce que les autres apprennent avec leur Maîtres muets ; je veux dire les Livres. C'étoit la coûtume de François Premier, Roi de France, & Protecteur des Sciences : & Mr. la Bruyere, dans ſa *Nunc. ad lib. de re Cib.* dit que lorsqu'il étoit à diner, ou à ſouper, il avoit les plus ſavans Hommes de ſon Siecle à ſes côtez. Les Papes Leon X. & Clement VII. tous deux de la Maiſon des Médicis, en faiſoient de même : com-

me venant de la famille Royale de Mécêne ; & ayant, comme par le droit du Sang, l'inclination portée à favoriſer, & même à entretenir les Hommes les plus célebres en toutes ſortes de Siences, qui fuſſent dans leur Siecle. Nous voyons auſſi cette inclination comme attachée à la tres Illuſtre Maiſon des Princes d'Eſt, qui ont toujours eu leur cour ornée des plus ſavans Hommes qui ſe puſſent trouver : ce qui leur a procuré l'honneur de voir leur belles Actions immortaliſées, & transmiſes à la Poſtérité par les Poëtes les plus celebres, & par les Ecrivains les plus fameux, dans leurs excellens ouvrages: comme ont fait l'Arioſte, & le Taſſe. Il n'étoit donc pas difficile aux Princes d'acquerir de tres belles connoiſſances, tant dans la Philoloſophie, les Mathématiques, & la Phyſique ; que dans les autres Sciences, même les plus cachées, & les plus abſtraites ; en écoutant parler des Hommes conſommez dans ces Sciences ; ſoit après le repas, ſoit pendant le tems, auquel Domitien avoit de coûtume de percer des Moûches avec une éguille : & en jouiſſant de cette maniére, ſans aucun tra-

travail, & ſans incommoder leur Santé, *de la folie des autres*; comme Pline diſoit ordinairement de ceux qui ne vouloient jamais batir de maiſons neuves. Il eſt en effet étonnant de voir la peine que prennent les Philoſophes, les Matématiciens, & tous ceux qui foüillent dans les Secrets de la Nature; & les tortures qu'ils donnent à leur cervelle pour trouver la ſolution de quelques Problêmes; jusqu'à paſſer pluſieurs nuits ſans dormir; quoiqu'au bout, ils n'en ſoint pas plus avancez. Denis Tiran de Siracuſe ayant voüé à Jupiter une Couronne d'Or, donna à un Orfévre un lingot tres fin de ce metail, pour en faire une couronne: mais l'Ouvrier fripon, ayant volé une partie de l'or, y ſubſtitua ce qu'il crut néceſſaire d'argent. Denis s'apperçut de la fourberie: mais comme la couronne étoit d'un ouvrage exquis, & qu'il crut que Jupiter tres bon ne la refuſeroit pas telle qu'elle étoit; il ne voulut pas qu'elle fut rompüe, & remiſe au creuſet. Il en fit ſeulement faire une autre de pur or: Mais en même tems voulant être au fait, à l'égard de la friponnerie; & ſavoir au

juſte la quantité d'argent, qui étoit entrée dans l'alliage à la place de l'or volé: il fit venir Archimédes, & lui ordonna de chercher dans ſon eſprit une réponſe juſte à cette queſtion, & qui pût ſatisfaire ſa curioſité. Archimédes, ſurpris & étonné de la choſe, s'en alla tres penſif; & comme ne croyant pas qu'il fût jamais poſſible de trouver cette juſte quantité, dans un melange tel que celui là. Mais enfin étant une fois dans le bain, il lui vint tout à coup dans l'eſprit la maniere de trouver ce qu'il cherchoit. Il ſortit du bain, il raiſonna, & jugea enfin, que par le moyen de la Méchanique, en trouvant la proportion que l'argent a à l'or en pareil volume, il pourroit auſſi trouver la quantité d'argent qui avoit été alliée à l'or de la couronne. Il réüſſit, & ſatisfit pleinement Denis. Q. Rhemmius Sannius à mis cette Invention d'Archimédes en vers tres beaux & tres élégans. Tant il eſt vrai que la ſcience peut couter bien peu aux Princes; au lieu qu'elle coute tant aux particuliers qui la veulent acquerir.

Les Princes pourpoint outre cela, &

avec

avec la même facilité, acquerir un autre avantage; ce ſeroit, outre la Langue Latine, de s'inſtruire de celles qui ſont en uſage dans l'Europe: ce qui au lieu de les fatiguer, leur donneroit du plaiſir, ſi comme nous avons dit des Sicences, ils écoutoient parler des gens de chaque Nation, choiſis & éclairez, ſeulement pendant quelques heures de chaque jour lorsqu'ils ſont le moins occupez. Mitridates Roi de Pont, & de Bithinie, s'eſt rendu l'admiration de ſon Tems en ce que, comme nous l'aprend A. Gellius, il parloit les Langues de vingt deux Nations qui compoſoient ſes deux Royaumes; & qu'il ne parla jamais aux Députez de ces Nations par aucun interprete. Il ne ſera par desagréables ici de rapporter un fait mémorable & curieux, qu'on peut lire dans *Laurentius Capellonius*, dans ſon Recuil italien de differens diſcours. *lib.* 2. *Cap.* 1. Charles quint étant à Boulogne, pour ſe faire couronner Empereur par Clement VII. François Sforce Duc de Milan qni avoit été accuſé de trahiſon contre l'Empire, & de s'entendre avec le Roi de France; obtint un Sauf conduit

de

de ce Prince pour venir ſe juſtifier devant ſa Majeſté Imperiale. Il Vint à Boulogne, & ne fut pas plutôt devant l'Empereur que tirant de ſon ſein le Sauf-conduit, il le rendit à ce Prince, en lui diſant, que ce n'étoit pas qu'il fût dans le moindre doute l'égard de la Clémence, ou de l'Equité de ſa Majeſté Impériale; mais qu'il l'avoit ſeulement fait demander, pour être à couvert en chemin, des inſultes de ſes Officiers, qu'il ſavoit être ſes plus cruels Ennemis. Apres quoi, il commença à ſe juſtifier, & à deffendre le Zele qu'il avoit toûjours eu pour le St. Empire contre les Calomnies dont on l'avoit noirci. Mais comme il parloit Italien, Antoine de Léva qui étoit préſent, ne ceſſoit de le contredire en Eſpagnol; de ſorte que Sforce, interrompu ſi ſouvent, pouvoit à peine retrouver le fil de ſon diſcours: ce que voyant à la fin, & redoutant l'artifice du Miniſtre Eſpagnol; il continua de parler, mais en Allemand que l'autre n'entendoit pas: & eut ainſi tout le loiſir de ſe juſtifier; quoique ce ne fût pas ſans que Léva laiſſât échaper pluſieurs fois des marques de ſon indignation

tion. Ainſi Sforce ayant convaincu l'Empereur de ſon Innocence, reçut d'abord de ce Prince de grandes loüanges ſur ſa prudence égale à ſon adreſſe ; & ſur ſon ſavoir éloquent : & enſuite fut confirmé, par ſon autorité Imperiale, Duc de Milan, & rétabli dans tous ſes droits; malgré tout ce que put faire Antoine de Léva, qui dit tout haut, que la ſouveraineté de Milan étoit de plus grande importance que toute l'Espagne.

Chapitre Onzieme.

La Maniere de gouverner la Santé, dans un âge avancé.

C'eſt un Excellent conſeil de conſerver en quelque tems que ſoit, avec toute la diligence poſſible, la Santé, qui nous diſtingue des miſérables : mais de continuer à faire la même choſe dans un âge avancé, en eſt encore un meilleur. La Jeuneſſe, & l'Age Viril, reſiſtent facilement aux cauſes qui viennent du dedans ; mais non pas la Vieilleſſe, qui reſſemble à ces vieux hêtres toûjonrs prêts à tomber au premier coup de Vent.

Si

Si donc il eſt ordinaire à tous les Hommes, auſſitôt qu'ils s'aperçoivent des approches de la Vieilleſſe, de prendre plus garde que jamais à leur Santé; les Princes doivent avec plus de raiſon faire de même: car c'eſt ordinairement dans cet âge là que leur ſoins augmentent. Il faut qu'ils prennent une autre maniere de Vie, àfin qu'ils puiſſent un jour la quitter avec moins de chagrin, d'embarras, & de regret. Lorsque la Vieilleſſe, qui eſt proprement le tems de la maturité de l'Eſprit, eſt accompagnée de la Santé du Corps, on la peut avec raiſon apeller le veritable fruit de la Vie.

Premierement il faut ſe régler à une maniere de Diete, qui entretienne plutôt la Lampe de la Vie, que de l'accabler, l'obſcurcir, ou risquer de l'éteindre. La Vieilleſſe eſt tout le contre pié de l'Enfance; on doit la gouverner tout autrement. Dans l'Enfance, la force & la chaleur naturelle s'augmentant, il faut conſéquement augmenter la nourriture par degrez; mais dans la Vieilleſſe, ou le feu vital eſt plus languiſſant, & la chaleur de l'Eſtomac refroidie, il faut plutôt diminuer la quantité d'a-

li-

limens. Cela néantmoins ſe doit entendre de la premiere Vieilleſſe. Dans la Caducité, dit Galien *Com. aphor.* 13. *ſec.* 1. „Les Vieillars ſouffrent ce qui „arrive aux Lampes prêtes à s'eteindre: „il faut toûjours y remettre un peu „d'huile, mais elles ne peuvent en ſup„porter beaucoup ni être pleines. Que l'on uſe donc d'alimens plus légers, & en plus petite quantité. Que le Prince ſe désaccoutume peu à peu de cette variété de Viandes, auſſi bien que de leur aſſaiſonement ſi relevé; qui ſont des choſes ſi ordinaires à la table des Princes; Que les Alimens ſoient nourriſſans, mais d'une promte digeſtion, & qu'ils puiſſent deſcendre facilement aux Inteſtins. Le Medecin doit conſeiller les Viandes que nous avons ci deſſus décrites, *leves ad ſtateram*, ou qui ſont les plus légeres en pareil volume telles que ſont le Mouton, les Poulets, & autres Volailles. Mais comme les Tempérammens ſont differens, & que la Vieilleſſe eſt ſouvent auſſi plus ou moins forte; il eſt impoſſible de préscrire ici la juſte quantité d'alimens qu'on doit prendre. On peut ſavoir que l'on en

a ſuffiſament lors qu'on ne ſe ſent pas l'Eſtomac tendu, & peſant; ſi l'on dort aiſément, & ſi le Corps ſe nourrit comme il doit. Hippocrate à écrit, que les Vieillars peuvent ſupporter le jeûne aſſez facilement; & cela a donné occaſion à quelques uns de recommander la *Monoſitie*, ou de faire ſeulement un repas par jour pour les Vieillars. Mais je dis nonobſtant cela, qu'il eſt meilleur de manger deux fois, que d'accabler l'Eſtomac de trop de nourriture à la fois, en ne mangeant qu'une: car le même Hippocrate a dit auſſi, „que „ceux la Vieilliſſent plutôt, qui ne „ mangent qu'une fois par jour.

Comme il arrive ſouvent que dans les grandes Cuiſines, ou il y a une multitude de Cuiſiniers appliquez à rendre la table de leur Maître auſſi ſplendide, & auſſi variée qu'il leur eſt poſſible, les Viandes ne peuvent être préparées avec tant de diligence, & d'attention, qu'il ne ſe commette quelque faute; ou par la trop grande ardeur, ou par la trop grande lenteur du feu. Il ſeroit néceſſaire que le Prince, devenu âgé, eût un Cuiſinier à lui ſeul, qui n'eût autre cho-

choſe à faire que de préparer pour ſon Maître, avec tout le ſoin, & toute la patience poſſible, non pas tant les Viandes qui peuvent lui plaire ou ſatisfaire ſon Goût; que celles qu'il ſait par expérience, lui être utiles, & bienfaiſantes. C'eſt ce que veut dire Martial dans ces Vers:

Non ſatis eſt ars ſola coquo, ſervire palato.
Namque coquus Domini debet habere gulam.

Outre les grandes incommoditez que produit la Vieilleſſe, celle d'être reſſeré n'eſt pas la moindre; & les Princes y ſont d'autant plus ſujets, étant âgez, que leur vie à été moins laborieuſe, que celle du reſte des Hommes: rien ne contribuant davantage à des *Ejections* journalieres & convenables, que l'exercice, & le mouvement du Corps, auſſi journalier & convenable. Il n'eſt pas d'ailleurs étonnant que les Vieillars ſoient plus ſujets à cet inconvenient là que les Jeunes gens, & les Enfans, qui tous ont le ventre aſſez libre. Car dans la

la Vieilleſſe, toutes les Parties ſe deſſéchent, les Membranes ſe rident, & devenant ſemblables à des cartilages, perdent la contractibilité, & la diſtractilité, ou la vertu de s'élargir, & de ſe reſſerrer; qui ſont la cauſe des *Ejections*. Pour donc que le Ventre s'amolliſſe, il faut uſer d'alimens qui puiſſent cauſer cet effet; plutôt que d'aucun autre remede, comme il à été dit ci deſſus. *Il eſt bon*, a dit Hipocrate, *que la Medecine ſe trouve dans l'Aliment*; car outre que les remedes ſouvent réitérez cauſent enfin une mauvaiſe diſpoſition, & un dérangement général dans le Corps, ils reſſerent encore le Ventre de jour en jour. Il faut donc plutôt en tenant le Ventre libre, uſer néantmoins de cette précaution, de ne le pas auſſi trop ramolir; car des deux extrémitez, celle qu'on doit plutôt choiſir dans un Corps caduque, eſt de tenir le Ventre ſerré. Martin Liſter rapporte dans ſes Commentaires ſur la Statique de Sanctorius, qu'il a connu un vieillard de 86. ans, ſain & robuſte, qui mangeoit aſſez largement pour ſon âge, & qui n'alloit néantmoins à la ſelle qu'une fois la ſemaine, & fort

ſou-

vent étoit quinze jours ſans y aller. Quant au boire, le Vin vieux, fait de grapes les plus mûres, ſera fort propre à entretenir la Santé ; mais de même qu'on le doit donner aux Enfans léger & mêlé d'Eau, on le doit donner aux Vieillars pur & plus fort, ſur tout l'Hyver. Que les Princes ſe déſaccoutument auſſi de Neige, & de Glace, dont leur table ne manque jamais en Eté. Il leur ſuffira dans le fort de cette Saiſon de mêler un peu d'Eau avec leur Vin ; & pendant l'Hiver, ſi on ne le fait pas chauffer au feu, du moins qu'on le tienne quelque tems dans un lieu tiede. Car on ne peut pas aiſément comprendre, quel bien peut faire à une perſonne, déjà aſſez refroidie par l'âge, de boire frais. *Le Froid*, dit la Philoſophie, *n'entre dans les ouvrages de la Nature, que par accident, & pour tempérer quelquefois l'excès de la chaleur*. Les Jeunes gens ont donc appris de nos jours à être ſages, en humant comme ils font le Chocolat, le Caffé, & le Thé, presque bouillans; ce qui convient encor beaucoup mieux aux Vieillars.

Un peu d'Exercice n'eſt pas moins né-

néceſſaire que les Alimens mêmes, & plus encor en quelque façon à un Prince avancé en âge qu'à un plus jeune pour entretenir la Tranſpiration ſi néceſſaire à la Santé. Dans une jeune perſonne, où la chaleur eſt dans toute ſa force, & le tiſſu des Organes plus docile, la Tranſpiration eſt aſſez aiſée; mais dans un Homme âgé, dont le Tempérament eſt toûjours plus ſec, & la Peau plus épaiſſe & plus ſerrée; elle eſt bien plus difficile. Il n'y a rien qui produiſe plus les Tranſpirations inſenſibles que l'Exercice corporel. Nous voyons alors le Viſage rougir, les Veines s'enfler, la Peau s'échauffer; & ſi le mouvement devient tant ſoit peu plus fort, on la voit ſüer. Il ſera donc bon que le Prince faſſe un peu d'exercice; mais dans la Maiſon en Hiver, plutôt que dans un lieu découvert, & expoſé au grand froid. Il faudra auſſi ſe précautionner contre les Vens du Nord, qui reſſerent les Pores de la Peau. Il y a encore un autre moyen de procurer les Transpirations aiſées; ce ſont les frictions modérées. Frotter doucement la Peau avec de l'huile d'amandes douces, relâ-

che

che les fibres, trop tendües de la Peau, & ouvre les Pores des Glandules, qui ſervent à la Tranſpiration. C'eſt un Proverbe aſſez commun, *melle intus, oleo foris.* & c'eſt par ce moyen qu'on dit que Démocrite parvint à un âge fort avancé. Car il n'y a rien de plus pernicieux pour la Vieilleſſe, que la ſéchereſſe, & le reſſerrement des pores de la Peau. Ce ſera donc par une Frixion douce, & modérée, que l'on conſervera la Tranſpiration; car auſſi tôt qu'elle ceſſe elle eſt ſuccedée par les Catharres dans la Poitrine, & ailleurs. Il faudra pour la même raiſon munir le Corps contre les injures de l'Air, avec des habits convenables, & avoir ſur tout un grand ſoin de la Tête, ſi les cheveux commencent à manquer.

A la vérité l'uſage des Perruques a tellement prévalu, qu'il n'y a point de Vieillars aujourd'hui, ſurtout qui ſoient Princes, qui ne cachent le défaut de leurs cheveux ſous d'autres qu'ils ont acheté: & qui ne paroiſſent en même tems rajeunis, par le ſecours d'un Barbier qui leur raſe tous les jours le viſage. A l'égard des Perruques, l'uſage n'en n'eſt

point du tout condamnable, car outre la chaleur qu'elles entretiennent; ce qui eſt fort commode pour les Vieillars; ſur tout pendant l'Hiver, qui leur eſt ſi contraire; Elles les réjoüiſſent auſſi, en leur cachant à eux mêmes les injures de l'âge; lorsqu'ils ſe regardent dans un miroir. Dans les anciens tems, comme ce n'étoit pas la coutume de cacher une Tête chauve ſous des cheveux empruntez; les Hommes ne ſupportoient qu'impatiemment cette infirmité; & craignoient d'être en butte aux railleries des autres. Jules Cæſar étoit ſi chagrin de voir ſa Tête devenir chauve, qu'il faiſoit tout au monde ce qu'il pouvoit, en renverſant ſes cheveux de devant ſur le derriere, pour la cacher; & jamais honneur, qui lui fut decerné par le Senat, ne lui fit tant de plaiſir que celui du privilége de porter continuellement ſur la Tête une couronne de Laurier. C'eſt une remarque que l'on à faite, que presque tous les Céſars de Suétone ont été chauves; Auguſte, Tibere, Caligula, Otho, Domitian, qui à cauſe de ſa cruauté fut ſurnommé le Chauve Neron, comme on le voit par ce vers d'Auſonius; *Quem*

Quem Calvum dixit ſua Roma Neronem.

Et il s'en offençoit même ſi fort, que ſi par hazard quelqu'un, en riant, ou par injure, apeloit un autre *chauve* c'étoit un Crime Capital. Nous liſons pareillement dans les Pages Sacrées, que d'avoir la Tête chauve, étoit un opprobre; & le Prophete Elizée 4. *Reg. Cap.* 2. s'entendant apeler chauve par des Enfans qui crioient, *aſcende Calve, aſcende Calve*; il les maudit dans ſa colere, & les frappa d'une imprécation dont l'effet ſuivit d'aſſez prés: 42. de ces petits malheureux ayant été devorez en tres peu de tems par des Ours. Enfin une Tête chauve a toûjours paru odieuſe à la vüe; & ſelon les Tems, & les Coutumes, les Hommes ont toûjours tâché de la cacher. Ce qui fait dire à Ovide.

Turpe pecus mutilum, turpis ſine gramine campus
Et ſine fronde arbor, & ſine crine caput.

Le nombre des années ôtant donc à la

Tête un ornement auſſi agréable que le ſont les cheveux; l'Art imitateur de la Nature, a ſagement pourvu à l'infirmité de la Vieilleſſe; en lui fourniſſant des Perruques, qui outre la commodité, qu'elles leur procurent les rendent reſpectables. Il ne faut point douter non plus, que la Perruque, outre la grace qu'elle donne à l'exterieur d'un Homme, ne ſoit encore fort utile à la Santé; puisque nous voyons tous les jours un grand nombre de Medecins, que l'âge rend vénérables, & qui ont même, comme l'on dit, un pied dans la foſſe, paroitre en public y viſiter leurs Malades; & diſcourir ſur les Maladies, non pas comme autre fois la Tête nüe, & s'attirant du reſpect, & de l'autorité par une Barbe jusqu'à la ceinture; mais razez, & avec de bonnes Perruques, pour donner l'Exemple au Public qu'ils ſervent. C'eſt ainſi que tous ceux, qui n'ont eu aucun empêchement particulier, tel que pourroit être la Migraine, un écoulement continuel des Yeux, ou autres ſemblables; qui font ſouvent qu'on ne peut pas même ſouffrir le plus leger bonnet de ſoye ſur ſa tête; ſe ſont inſenſiblement ac-

accoutumez à porter la Perruque. On dit que l'origine des Perruques vient de Charles quint, qui étant venu en Italie pour ſe faire couronner par le Pape Clément VII. & ſe ſentant attaqué d'un violent mal de tête, ſe fit couper les cheveux qu'il avoit fort beaux; ce que les Courtiſans imiterent auſſitôt par une flatterie ridicule; quittant ainſi, preſqu'en un moment, une chevelure qui leur avoit couté tant de peines, & de ſoins à cultiver pendant toute leur vie, pour paroitre raſez, & chauves devant tout le Monde.

Il ſera encore tres bon de laiſſer ſuivre à un Prince âgé cette coutume de la Cour, de dormir lorsque la Nuit eſt à moitié paſſée; & de ſaluer le Soleil, lorsqu'il eſt au milieu de ſa courſe: *minimas cum fecerit umbras.* Qu'il ſoupe donc de tres bonne heure, & qu'il ne faſſe rien après, qui puiſſe le rendre trop attentif & appliqué; comme Auguſte, qui après ſouper ne vouloit plus ni lire ni voir rien: afin qu'autant qu'il lui étoit poſſible, il pût dormir tranquilement, & ſans penſer à rien, qui pût troubler ſon repos. C'eſt ce

que les Vieillars ſur tout doivent faire; àfin que les fonctions naturelles ayent chez eux leur cours ordinaire. Car comme il a été dit ci deſſus, les Corps s'engraiſſent & ſe nourriſſent dans le Sommeil, & dans le Repos. Que le Prince obſerve encore de prendre ſon Sommeil, pendant l'Hyver ſurtout, dans une chambre qui regarde le Soleil du midi; àfin qu'il y reçoive les rayons ſalutaires de cet Aſtre de vie. Qu'il tâche d'expédier les affaires qui preſſent le plus; pendant le jour; & qu'il réponde avec le moins de peine, & de fatigue, qu'il pourra aux néceſſitez, & aux prieres de ceux qui lui demanderont des graces. Car ce n'eſt pas une petite fatigue pour un Prince, d'écouter tous les jours tout le Monde, & de renvoyer les perſonnes avec quelque mot de douceur, & de bonté: & il eſt impoſſible qu'il ne ſoit fort las de cet exercice, quand il en ſort. Ce que Sidonius Apollinaris dit de Théodoric Roi des Gots, eſt ſans doute fort remarquable. *Audit plurima, pauca loquitur.* Il entend beaucoup, & parle peu. Auguſte pour ne ſe pas fatiguer à trop par-

parler, ſe ſervoit de ſignes, lorsqu'il vouloit commander quelque choſe à ſes Domeſtiques. Suétone dit même qu'il envoyoit à ſa Femme Livie, de petits billets, où il lui écrivoit ce qu'il vouloit lui apprendre. Il ſera bon, pour la conſervation & l'entretien de la Santé du Prince, de le divertir à ce qui peut lui faire plaiſir; pourvu que ce ſoit des choſes qui ſoient dignes de la gravité de ſon âge: comme ſont d'aſſiſter aux Académies Publiques des Belles Lettres, aux Diſputes des Philoſophes aux Comedies, aux Jeux Populaires, & aux Dances Publiques: comme de voir de Jeunes gens des deux ſexes, dancer devant lui d'une maniere honête & modeſte. Il y a des gens qui recommandent même aux Vieillars, comme une choſe fort utile à leur Santé, de converſer ſouvent avec des Jeunes gens; afin que par un accord ſimpatique des Eſprits, ceux des Vieillars ſoient réveillez, & vivifiez. On à remarqué que les Vieillars qui ſe ſont plu à la compagnie des Jeunes gens, ont tous vécu tres long tems: comme on le rapporte de Pitagore, d'Iſocrate, de Gor-

gia, & de tous les Maitres de la Rhétorique; qui n'ayant dans leurs Ecoles que de Jeunes gens, ont vécu jusqu'à leur centiéme année. Enfin il faut avertir les Princes, & les Grands; que s'ils veulent joüir d'une Santé parfaite dans un âge avancé; ils doivent vivre ſobrement dans leur Jeuneſſe: car rien n'eſt plus contraire à la Vieilleſſe qu'une Jeuneſſe paſſée dans l'Intempérance.

Chapitre Douzieme.

Que la trop grande Corpulence, ou groſſeur des Princes, & des Grands Seigneurs, n'eſt pas moins pernicieuſe que déſagréable.

S'il eſt vrai ce qu'on dit communément qu'il y a dans toutes choſes un certain milieu, comme une certaine fin; au delà desquels *le bon & le juſte* ne ſe puiſſe trouver; c'eſt principalement dans l'Etude de la Santé qu'on s'en apperçoit. car, s'il eſt permis de le dire, auſſitôt que la Santé eſt devenüe trop bonne, & qu'elle à paſſé les bornes de ce côté la; elle eſt en tres grand danger;

ger ; & ſouvent tombe, & plus vîte, & plus irréparablement. C'étoit une remarque aſſez générale que nos Anciens firent, du tems que l'Etude de la Médecine conſervatrice floriſſoit encore ; & particulierement dans les Atlêtes, pour leſquels Hipocrate écrivit le troiſiéme de ſes Aphoriſmes. Il n'eſt pas non plus extraordinaire de nos jours, de voir ceux qui ont atteint une Corpulence immodérée, être enlevez par des Morts ſubites. C'eſt un ſort commun aux gens gras, & gros outre meſure, de porter leur propre poids avec peine, & de ſuccomber ſous leurs propres forces ; comme il a été dit de l'Empire Romain: car, *Magna ruunt, inflata crepant.* La trop grande Corpulence eſt un fruit gâté, & corrompu, d'une choſe tres bonne, qui eſt le Sang : un régime de vivre déreglé, & immodéré le produit ordinairement. Mais ce défaut ſe trouve tres peu dans les Tempéramens Bilieux, ou Mélancoliques : il n'y à que la meilleure ſorte de Tempérament, je veux dire le Sanguin, de l'aveu de tous les Medecins, qui y ſoit ſujet. Car dans les Bilieux, & dans les Mélan-

choliques, les Veines ſont grandes, & larges : mais dans un Tempérament ſanguin, le ſuc nouricier eſt plein d'une huile douce, qui s'attache aiſément aux parois des Membranes, & des chairs ; & devenant une même ſubſtance avec elles, les augmente : ce qui n'arrive pas dans les Mélancoliques, & dans les Bilieux, par ce que le Sang y abondant en bile, ou en pituite, eſt auſſi rempli de particules âcres & ameres, qui ne peuvent facilement ſe tourner en nourriture, & qui même detruiſent ou du moins diminuent l'Embonpoint. Il y a dans Hipocrate un endroit 3. *in* 6. *Epid.* où il appelle les gens maigres „ des gens „ remplis de Veines, ſujets à la Cole- „ re, & à faire de mauvais Sang. Et Galien, dans ſon Commentaire ſur le 44. Aphoriſme *ſect.* 2. & ſur le 6. *ſect.* 4. dit auſſi, „ qu'on a toûjours remarqué „ que les perſonnes maigres ont les Vei- „ ner fort larges, au lieu que les graſſes „ les ont fort petites.

Ceux donc qui ſont de ce dernier Tempéramment, ſoit que ce ſoit de naiſſance, ou qu'il leur ſoit venu depuis, ont plus de diſpoſition que les autres

à

à devenir gros & corpulens. Je ne nie pas néantmoins que quelquefois, par le changement de nourriture, & de lieu, auſſi bien qu'en avançant en âge, on ne puiſſe auſſi de maigre devenir gras: on en a vu pluſieurs aſſez maigres dans leur Jeuneſſe, qui depuis, travaillant moins, ou point du tout, & ſe nouriſſant mieux, ou beaucoup plus; ſont devenus corpulens: comme nous voyons ces Animaux que l'on engraiſſe à la fin, à rien faire, & à bien manger, dans des Etables, ou autres endroits; de maigres, & presque ſecs qu'ils étoient auparavant: comme les Bœufs, par exemple, & les Volailles. Quant à la maniere dont ſe forme la Groſſeur, ou la Corpulence; outre Hipocrate, Avicenne, Galien, & les autres Anciens ſucceſſivement; les Modernes auſſi en ont aſſez amplement traité: & entre ceux-ci, Etmullerus dans ſes *Diſſertations*, explique d'une maniere également recherchée & ſavante, comment ſe forme la trop grande quantité de graiſſe, & de chair: de ſorte qu'il ne reſte rien à déſirer là deſſus; ſoit quant à la cauſe, ou aux remedes capables de prévenir,

ou

ou de corriger une trop grande Corpulence.

Il ſuffit de dire que les Princes, & les Grands Seigneurs, ſont plus ſujets à cette ſorte de maladie, que les autres Hommes; tant à cauſe des viandes tres nourriſſantes dont ils uſent tous les jours, qu'à cauſe du peu d'exercice qu'ils font; & parce qu'ils paſſent leur Vie dans l'Oiſiveté, & les Delices: particulierement s'ils y ſont aidez par un Tempérament ſanguin, où il domine un peu de pituite, & d'un Eſtomac fort, & robuſte: & s'il y entre, outre tout cela, quelque choſe de famille, & quelque diſpoſition naturelle de Pere en Fils. Car il y a certaines familles auxquelles la Groſſeur, par le moyen des Principes Seminaux, eſt comme héréditaire. Le Prince donc doit être extrémement ſur ſes gardes en ceci; quoiqu'il ſe porte même tres bien: car quoiqu'il ſe ſente robuſte, & qu'il ſoit bien aiſe de ſe voir un meilleur Viſage, & plus de couleur; il doit ſe méfier de ces biens là, comme dit Celſus, étant très aiſé de paſſer de là à une réplétion de vaiſſeaux, qui

qui deviennent revétus d'une graiſſe tres nuiſible ; parce que la maſſe du Sang ſe remplit de matiere graſſe, & groſſiere, qui eſt ce qui augmente les chairs, & groſſit les membranes. Il faut que le Medecin d'un Prince, ou d'un Grand Seigneur ſoit tres attentif ; car voyant tous les jours ſon Maître, il lui eſt aiſé de ne pas s'appercevoir de l'augmentation de ſon Corps, ou de ſa Taille, avant quelle ſoit devenüe trop ſenſible pour y remédier ſi facilement: Lors donc qu'il verra quelque diſpoſition, & des ſignes d'une future Groſſeur ; ce qu'il pourra connoitre, comme dit Sanctorius *in Statica* par l'augmentation du poids ; il doit avertir le Prince de tâcher de ſe rendre inſenſiblement Maître de cette diſpoſition, & lui repréſenter les incommoditez, & les dangers qui accompagnent, ou qui ſuivent une trop grande Corpulence ; & combien il eſt difficile de s'en défaire ; lorsqu'elle s'eſt une fois bien établie. Ils pourra lui rapporter là deſſus les exemples de pluſieurs Princes, qui en ont été incommodez : car il eſt tres rare d'en avoir d'ailleurs : les Perſonnes

Ruſtiques, ou qui mènent une Vie Champêtre, ni les Artiſans, excepté peut-être ceux dont le métier demande qu'ils ſoient continuellement aſſis, comme ſont les Cordonniers, Tailleurs, &c. ſont rarement plus gros, ou plus gras, que la proportion de leur membres ne paroît le demander : & il paſſe même en quelque façon pour monſtrueux d'en trouver quelqu'un.

Le trop de groſſeur, & de corpulence, de beau & d'agréable qu'un Homme ſeroit ſans cela, le rend abſolument dégoutant, & déſagréable : & nous voyons que les Femmes les plus belles, & les mieux faites, ſi elles perdent cette fineſſe de taille, & deviennent jouflües, graſſes, & groſſes à proportion, perdent abſolument leurs agrémens, & le droit qu'elles apportent en naiſſant de plaire aux Hommes. Ecoutons Martial

Habere amicam nolo Flacce, ſubtilem
Cujus lacertos annuli mei cingant,
Sed idem amicam nolo mille librarum,

Car-

Carnarius sum, pinguiarius non sum.

„ Je ne veux point, amy Flaccus, d'u-
„ ne Maitresse si maigre, que la bague
„ de mon doigt puisse servir à son
„ bras: mais je ne veux pas d'une non
„ plus, qui pèse des milliers. J'aime
„ la chair, & non pas la graisse. Il
y a néantmoins des Nations qui sont consister leur plaisir, à avoir des Femmes extraordinairement grasses, & dont les Mammelles soient extrémement grosses; comme le raporte P. Alpinus *Lib. de Med. Ægyptiorum.* Il dit aussi que dans ce Pays là, la maniere d'engraisser les Corps par le bain, & la frixion, est fort en usage: d'où vient que l'on y voit des Femmes si grasses, qu'elles font mal au cœur aux Européens. Mais un des plus grands dangers qu'encourent les Personnes trop grasses, & dont nous avons deja parlé, est la Mort subite; ce qui arrive par ce que la chaleur naturelle est étouffée par la trop grande quantité d'humeurs; & le mouvement circulant du Sang est arrêté, par la petitesse, & le rétroississement des Veines: ainsi il faut que la Vie cesse, dès ce momment là: & c'est pourquoi

quoi les gens ſi gros, & ſi gras, vivent moins que les autres. On ſait aſſez dans les Ecoles ce paſſage d'Hipocrate *Aphor.* 7. „Ceux qui ſont fort gros & „corpulens, meurent plutôt que ceux „qui ſont maigres.;„ Ce qui a fait croire aux Anciens, que les Atlêtes mouroient ordinairement tout d'un coup, auſſitôt qu'ils étoient arrivez au ſuprême dégré d'une bonne Santé: parce que ne pouvant pas aller plus loin, il falloit qu'ils deſcendiſſent de cette extrémité, où ils étoient montez. Mais la raiſon la plus vraye, & la plus naturelle, eſt celle ci; les Arteres n'ont pas aſſez de place, pour ſe décharger du Sang qu'elles apportent en abondance du Cœur: parce que tous les eſpaces ſont à la fin remplis de chair, & de graiſſe; qui en preſſant les racines, & les extrémitez des Veines, empechent la Circulation; & les alimens fourniſſant toujours le Suc nouricier, les Ventricules du Cœur s'empliſſent tellement, qu'ils ne peuvent plus être reſſerrez: d'où il s'enſuit des Syncopes, & des Défaillances de Cœur, & enfin la Mort. Les gens trop gras, ont outre cela la

Reſ-

Reſpiration, & l'Haleine courte ; & ne ſont nullement propres à aucune ſorte de mouvement ; à cauſe que les Eſprits animaux ne ſont pas aſſez prompts à ſe mouvoir, & à enfler les fibres des Muſcles. Les Nerfs étant comprimez, & comme enſévelis dans la graiſſe ; les Fonctions animales mêmes leur ſont à charge ; & ils ſont comme dans un perpétuel engourdiſſement. Mais ils ſont encore moins propres aux Fonctions de l'Ame ; la Prudence, le Jugement, le Conſeil, tout eſt comme endormi chez eux ; & ſi ce malheur là arrive à un Prince ; en qu'elle eſtime peut il être parmi ſes Sujets ? De quel œil le voyent-ils ? *Lux Sicca, anima ſapientiſſima*, a dit Heraclite ; Une lumiere ſéche rend l'Ame tres ſage : car tel eſt le Sang, tels ſont les Eſprits, qui ſont la lumiere de l'Ame. Le Sang dans ces gens là n'étant, pour ainſi dire, nourri que de graiſſe ; les Eſprits qui en ſont formez, ne peuvent pas être lumineux, ou Aëriens. On peut ajouter que les gens gras ſont, pour l'ordinaire, inféconds, ſelon Plutarque. 2. *quæſt. con.* Car premierement, à cauſe de leur groſſeur, &

de

de leur poids, ils ne ſont nullement propres aux Exercices de Vénus; & enſuite, la Puiſſance générative eſt trop froide, & trop énervée; aulieu que dans les Perſonnes maigres, qui ont plus de ſels, on voit beaucoup plus de vivacité, & en même tems, de fécondité. Les Femmes qui ſont trop graſſes ne peuvent concevoir; parce que *L'Omentum*, dit Hipocrate 5. *Aphor.* bouche le paſſage de *l'Uterus*: mais l'experience a tres ſouvent fait voir que *l'Omentum*, ou *Reticulum* deſcend rarement plus bas que le Nombril: de ſorte que la Stérilité doit avoir d'autres cauſes; à ſavoir, une trop grande quantité de graiſſe attachée aux membranes de l'*Uterus*, qui empêche la ſemence de l'Homme de parvenir à l'Ovaire, pour lui communiquer la fécondité. Mais enfin étant certain, que dans les Homines comme dans les Femmes, le trop de graiſſe eſt un obſtacle conſidérable à la fécondité: Les Princes qui doivent ſouhaiter d'avoir des Enfans & des Succeſſeurs, à qui ils laiſſent le gouvernement de leurs Etats; doivent prévenir autant qu'il leur eſt poſſible cet inconvénient. Il n'y a

rien

rien qui faſſe plus de peine aux Sujets que de voir leur Prince privé de cette conſolation. Ils ſavent quels ſont les troubles, & les inconveniens qui en arrivent, lorsque la Couronne tombe, ou ſur des arriere neveux, ou ſur des Etrangers. Il ne manque pas d'Eſprits broüillons, & amateurs de Nouveautez, ou qui eſpérent de rendre leur Fortune meilleure, ſous un Prince, pour ainſi dire, encore tout neuf dans les affaires de l'Etat : & les Hiſtoires ſont pleines de pareils évenemens. Nous avons déja dit combien les Peuples ſont d'ailleurs portez à reſpecter, ou à mépriſer leurs Princes, ſelon qu'ils les voyent bien ou malfaits, agréables ou désagréables. Ils ſemblent qu'ils ſachent tous ce vers d'un ancien Poëte.

Gracior & pulcro veniens in corpore virtus:

& qu'ils croient, que la difformité eſt toûjours inſéparable de la baſſeſſe du Cœur. On raconte de Sanctius Roi d'Eſpagne, communément apelé le Gros, à cauſe de ſa groſſeur, & de ſa cor-

Corpulence; qu'il eut la penſée pluſieurs fois d'abdiquer la Couronne, parce qu'il ſavoit qu'il n'étoit pas aimé de ſon Peuple, à cauſe de cette difformité de Corps; qu'il ſut enfin trouver le Roi de Navarre, pour être guéri, ſi cela ſe pouvoit, par ſon Medecin; & qu'en étant enfin venu à bout, il retourna parmi ſes ſujets, & il en fut reçu avec de tres grandes marques de reſpect & d'amour.

Il eſt difficile en général de guérir cette incommodité; mais il l'eſt encore plus dans les Princes: & l'on peut dire à ſon ſujet ce que celſus a dit de l'Hydropiſie. „Qu'elle ſe guérit plus aiſé„ment dans les Eſclaves, que dans ceux „qui ſont libres; parce que la Liberté „eſt autant nuiſible la dedans à ceux ci, „que la Captivité des autres leur y eſt „avantageuſe. Si donc il eſt vrai, qu'on puiſſe guérir l'incommodité d'une Groſſeur demeſurée, dans certaines perſonnes; il n'en eſt pas de même dans les Princes, à qui le trop de Puiſſance, & de Liberté, eſt tres nuiſible en ce cas; car cette Maladie demande qu'on ſouffre la Faim, & la Soif; qu'on ait beaucoup de patience; & un nombre in-

fini

fini de choſes ennuyeuſes; & il n'eſt pas facile de les obliger à tout cela. Afin donc que le Prince ne tombe pas dans cet inconvenient, il faut prévenir les diſpoſitions qu'il y a, & le Medecin doit être fort attentif à aller au devant du mal avant qu'il ſoit arrivé. On ſe ſervira donc des mêmes remedes pour ſe précautionner contre la Maladie que l'on employe ordinairement pour la guérir. Il faudra tenir un régime de vie fort réglé, & éviter tout excez dans les choſes *Non-naturelles*. Autant que l'on diminüera des Alimens, autant faudra-t-il ajoûter de l'Exercice corporel; en cette proportion néantmoins, que le dernier ait l'avantage; afin de mieux prévenir l'augmentation de la graiſſe. Les Exercices corporels ſeront les mêmes que nous avons dit plus haut; Par exemple, la Promenade à pied, ou à cheval; la Chaſſe, la Paume, & les autres. Enſuite les Frixions, mais plus ſéches & plus fortes; car les Frixions, dit Hipocrate, ont des vertus toutes contraires, ſelon la maniere de les faire. *lib. de chirurg. off.* „ la grande Frixion amaigrit, la moderée engraiſſe. Sur quoi

Cel-

„Celſus dit élégamment *lib.* 2. La „Frixion, quand elle eſt forte, endurcit le „Corps; ſi elle eſt douce, elle l'amo„lit; ſi elle eſt longue, elle le diminüe; „ſi elle eſt moderée, elle l'engraiſſe. Que les alimens ſoient pris en plus petite quantité; & non ſeulement légers, mais qui ayent la vertu d'extenüer. Il faut ſe garder de ceux qui ſont gras, & huileux; & en un mot de tous ceux qui ſont trop nourriſſans, & qui ne peuvent qu'augmenter la maſſe du Sang. On doit uſer de ceux au contraire qui ſont âcres, ou ſallez; qui puiſſent conſumer, & enlever la graiſſe. On voit dans quelques Hiſtoires que certaines Perſonnes, deveniües trop groſſes, ſe ſont guéries par l'uſage du vinaigre ſeul, comme fit Chiapinus Vitellius dans Famianus Strada; auſſi voyons nous que ceux qui abondent en Acides tels que ſont les Hipocondres, & les Scorbutiques, ſont plus minces. Il faudra auſſi diminüer quelque choſe du Sommeil, & ſe ſervir pour cela de la décoction du Thé, qui a la vertu, à ce qu'on croit, de déſſécher, & de retarder le Sommeil. Car les Corps s'engraiſ-

ſent

ſent par le Sommeil, ſur tout en Hiver; comme ils s'amaigriſſent par les Veilles, particulierement en Eté. On peut auſſi ſe faire une régle de ſe purger les Printems, & les Automnes; & autant que l'on peut le reſte du tems, tenir le ventre raiſonablement libre.

Un vomitif même, de tems en tems, ne fera pas de mal; pour décharger l'Eſtomac & ſon ventricule, des eaux & des pituites qui s'y amaſſent. Hipocrate *lib. de Salubri Dieta*. lorsqu'il vient à parler de la cure des gens trop gros, dit; „Que ceux qui ſont trop gros, „& trop gras, vomiſſent à jeun; après „une courſe, ou une promenade, en„viron à l'heure de midi. Qu'on pren„ne une demie hémine (ou cinq onces) „d'Hiſſope dans dix livres d'Eau, qu'on „y ajoute un peu de Vinaigre, & de „Sel, pour rendre le tout un peu plus „agréable au Goût; Que l'on boive „le premier verre peu à peu tres lente„ment, & les autres plus promtement, „& à plus grans traits. Il eſt certain que les choſes ameres, ſallées, & aigres, ſont tres-bonnes pour exténüer la grande ſubſtance d'un Sang trop doux, &

trop

trop riche; comme auſſi les Acides qui quoi qu'ils excitent l'appétit, empêchent néantmoins que les ſucs nourriciers ne ſe tournent en chair, & ne s'attachent aux membranes; & l'Experience nous apprend, que la chair de poulet, ou de quelqu'autre animal, confite dans le vinaigre, ne produit qu'une tres mediocre nourriture. Quelques uns veulent qu'on ne mange qu'une fois par jour, mais nous avons vu, qu'Hipocrate notre Maitre condanne cet uſage, & dit que ceux qui ne mangent qu'une fois par jour vieilliſſent plutôt que les autres. J'ai moi même connu un Homme de qualité; qui pour ſe guérir d'une trop grande Corpulence, ne mangeoit qu'une fois, & encore tres peu; qui ſe reduiſit en peu de tems par là à une telle foibleſſe, jointe à une difficulté ſi grande de reſpirer, qu'il mourut en tres peu d'années. Quant à la boiſſon, ou recommande les Vins légers, ou qui n'ont pas une grande quantité d'Eſprits: mais il faut bien ſe garder des Vins forts; particulierement s'ils ſont doux, comme les Vins de liqueur, & autres. ſemblables; & il vaut mieux s'en-

s'en tenir aux boiſſons acides & diurétiques.

Chapitre Treizieme.

La Maniere de prévenir certaines Maladies, auxquelles les Princes ſon plus ſujets que les autres.

De même que les différens Ages; Tempéramens, Saiſons, & Pays ſont ſujets à différentes ſortes de Maladies, de même ſont les différens états de la Vie; ſoit qu'on les reçoive de la Fortune, ou de la Naiſſance; ſoit qu'on les choiſiſſe par néceſſité. On voit cela principalement dans ceux qui exercent certains Arts, & ſurtout de Méchaniques; comme je l'ai remarqué dans mon traité des Maladies des Artiſans. La Goute, la Pierre, & la Colique, ſont les trois Incommoditez, ou pour parler mieux, les trois Tortures, qui en veulent le plus aux Princes, & aux Grands Seigneurs, & toutes les trois ont de ſi grands rapports l'un à l'autre, qu'elles ſe trouvent même aſſez ſouvent toutes enſemble dans un même

Sujet. Un Homme de Lettres qui avoit la Pierre, écrivant, à ce que dit Bererovicius, *Lib. de Cal. ren. & veſ.* à un de ſes amis, qui avoit la Goute, l'apeloit dans ſes Lettres ſon Beaufrere; par ce que, diſoit il, ils avoient épouſé les deux Soeurs : Et il arrivoit ſouvent, même ſans aucun ſoupçon d'adultere, que la Femme de l'un alloit auſſi careſſer l'autre. La vérité eſt que la Goute, & la Pierre, ſont toutes deux produites de la même matiere; je veux dire d'un ſuc corrompu que les Alimens produiſent, & envoyent des vaiſſeaux du Sang, ou dans les Jointures, ou dans les Reins. C'eſt là la cauſe *efficiente* de ces deux Maladies; par le moyen des Acides qui ramaſſent & épaiſſiſſent la Matiere Tartreuſe. C'eſt tellement là le ſentiment de tous les Anciens; que nous liſons même dans Hipocrate, *Lib. de flat.* qu'il n'y a qu'une ſeule cauſe de toutes les Maladies; & que l'endroit qui vient à être affecté en fait toute la différence. Il en eſt de même de la Colique, qui eſt plutôt cauſée par les Acides qui piquent les membranes des Inteſtins, que par les vens qui les étendent trop. Elle

le a beaucoup d'affinité avec les deux autres ; & l'on a remarque plus d'une fois, que la Colique ſe change en Goute, & la Goute en Colique. Il y a dans Hipocrate un endroit fort curieux *Lib. de hum.* Un Homme à qui l'Inteſtin droit faiſoit un grand mal, ne ſouffrit plus lorsque la Goute ſe fut fait sentir; mais ſi-tôt qu'on eut fait paſſer la douleur de cette derniere, celle de la premiere revint avec plus de violence qu'auparavant. Il répete la même choſe 4. *in* 6. *Epid.* Il eſt également évident, que ces trois Maux ſont, pour ainſi parler, Couſins Germains; & que les Gens de qualité, & les Princes y ſont plus ſujets que les autres; & cela pour pluſieurs raiſons : d'abord à cauſe de leur Intempérance dans leur maniere de vivre; enſuite à cauſe de leur Oiſiveté ; & enfin à cauſe des Vins forts, & purs, qu'ils boivent ſouvent avec excès : ce que les Poëtes ont donné à entendre, lorsqu'ils ont feint que Bachus étoit le Pere de la Goute, & Venus ſa Mere. Mais il eſt hors de doute, que ces ſortes de Vins ſont chargez de plus de Parties Tartreuſes, & d'Acides ve-

tils ; & que c'eſt là tout ce que demandent la Gravelle, & la Goute, pour ſe former. Il n'eſt donc par extraordinaire que par leur uſage immodéré, & continuel ; il ne s'attache beaucoup de Matiere Pierreuſe, tant aux Reins ; à cauſe de la petiteſſe des vaiſſeaux, qu'aux Jointures ; & nous voyons que les grans buveurs de vin, ſont les plus tourmentez ; ſoit de la Pierre, ſoit de la Goute. Q. Serenus parle ainſi du Poëte Ennius

Ennius ipſe pater, dum pocula ſiccat iniqua,
Hoc vitio tales fertur meruiſſe dolores.

C'eſt d'ailleurs une remarque aſſez ordinaire, que la Goute, & la Gravelle, ſont des Taches héréditaires, particulierement dans les Maiſons des Princes, & des Grands Seignenrs ; qu'elles y durent même long tems, & qu'elles ſe communiquent à pluſieurs générations. La principale raiſon eſt, qu'ils ont une entiere liberté, & tous les engagemens imaginables à une vie rien moins que ſobre. Il n'eſt dont pas étonnant, s'ils vivent comme leurs Peres ont vécu, qu'ils

qu'ils communiquent à leur Posterité les mêmes Incommoditez, quils ont hérité de leurs Ancêtres.

Mais s'agissant ici seulement des moyens de conserver la Santé, & de prévenir les Maladies, non pas de les guérir; le Medecin d'un Prince, ou d'un Grand Seigneur, doit avertir son Maître, de chasser de sa Cour, ou de sa Maison, ces Hôtes incommodes, & affligeans, aussitôt qu'il lui sera possible: car si on leur permet de s'y ancrer, pour si peu que ce soit, non seulement il n'est pas facile de les détruire; mais même il est dangereux de l'entreprendre: particulierement la Goute; dont la guérison subite, & violente, cause des Maladies bien plus fatales, dans leurs conséquences. C'est le droit des Princes, & des Grands, d'éxiger de leur Medecins qu'ils les préservent de ces Maux cruels; mais non pas qu'ils les en guérissent; car ils sont du genre de ceux dont Hipocrate a dit, „qu'ils ne mouroient qu'a„vec le Malade, & que plus ils vieil„lissent, plus ils sont violens. C'est en ce sens qu'un certain Homme, au rapport de Bévérovicius, étant parve-

nu à un grand âge, quoi qu'il fut affligé de la Pierre; ſe plaignoit ainſi un jour de ſa condition : „Les Femmes „deviennent ſtériles avec l'âge, mais „moi la Vieilleſſe me rend fécond; car „ou je conçois mon fruit, ou j'en accou„che : ce que ſi je m'éfforce le moins „du monde de faire; quelque petit ſe„cours que me donne avec cela la bon„ne *Lucine*, je ſuis perdu.

Pour donc obtenir la fin propoſée; je veux dire de prévenir ces Maladies : il faudra uſer d'un régime de vie fort modéré; & ne ſe ſervir des choſes *Non-Naturelles*, qu'avec poids & meſure. Que les Alimens ſoient tels qu'ils puiſſent à la vérité nourrir un Corps aſſez bien diſpoſé d'ailleurs, mais qu'ils ne le chargent, ni ne l'affoibliſſent pas non plus; ayant néantmoins toûjours égard à l'âge de la Perſonne, à la Saiſon de l'Année, & à l'Habitude déja contractée : car ſi la Nourriture a été abondante, & variée; il faudra déſcendre à une, & plus ſimple, & plus modérée pour la quantité; peu à peu, & par dégrez. Il faut éviter les Alimens groſſiers, & de difficile Digeſtion, dont

dont j'ai déja parlé ; car auſſitôtque l'Eſtomac eſt dérangé, & qu'il fait mal ſes Fonctions ; la ſéparation du Chile, des Parties les plus groſſieres, ne peut plus ſe faire ; d'où il s'enſuit, que ces mêmes Parties qui devoient être envoyées aux Inteſtins, & de là être expulſez du Corps ; ſe gliſſent par les Veines Lactées dans le Sang même, & portent aux Reins, & aux Jointures, les cauſes des Maladies que nous voyons qui les attaquent. N'y ayant rien qui orne mieux la Table d'un Prince, ou d'un Grand Seigneur, que le magnifique arrangement de toutes ſortes de Fruits; il faudra ſurtout éviter ceux, ou qui ſont acides, & pas encore mûrs ; ou ceux qui viennent d'Endroits élevez, ou pierreux ; car ils ſont trop pleins d'un Suc Tartreux. Il y en a même qui ſont pleins de Pierres ; comme certaines Poires, qu'on ne peut manger ſans en trouver ſous ſes dens. Tachenius *lib. de morb. Princ. Pod.* déſapprouve l'uſage des Pommes, & autres fruits compris ſous ce nom là ; à cauſe de leur facilité à ſe tourner en Acides, & à ſe pourrir. Hipocrate parle ainſi des Pommes;

3. *de Diæta*, *n.* 5. „Les Pommes ſont „trop fortes, pour que la Nature de „l'Homme les puiſſe porter : il eſt „donc meilleur de s'en abſtenir. Et Martianus ajoute, dans ſon Commentaire ſur ce Paſſage, que ſi les Pommes ne ſont pas bien mâchées avec le reſte des Alimens, l'Eſtomac ne peut pas les bien digérer; & que, comme on les a pris, on les rend. Que le Prince s'abſtienne encore de Vins purs, & trop forts : ils ſont trop pleins de Tartre; particulierement ceux qui croiſſent dans des Lieux ſecs, pierreux, & élevez; Il ſera meilleur d'uſer de ceux qui croiſſent dans les Plaines; que l'on rendra encore meilleurs pour la Santé qu'ils ne ſont naturellement; en les filtrant, comme nous avons dit au commencement, afin d'en ôter, s'il ſe peut, tout le Tartre. On doit auſſi éviter les Vins trop foibles, & trop légers; car c'eſt là une des erreurs dans laquelle tombent presque tous ceux qui ſont attaquez de la Gravelle, ou de la Goute, Il craignent le Vin fort, & pur; & ils croyent qu'il leur eſt permis de boire du Vin léger tant qu'ils voudront. Mais

cela

cela eſt expreſſément condanné dans la Goute, par Joh. Crato *Lib.* 2. *Conſ.* Helmontius *in velup. viv.* Etmullerus *De Vag.* & beaucoup d'autres: parce, diſent ils, que les Vins foibles, & légers, augmentant les Acides, ſont ſujets à cauſer les Coliques, auſſi bien que les douleurs de la Gravelle, & de la Goute. Il eſt donc beauconp meilleur, d'uſer d'un peu de Vin paſſablement fort, mais mêlé d'Eau; que de Vin foible & acide, qui étant diurétique doit, à cauſe de ce ſeul nom, faire appréhender d'en boire; car de vouloir, de gayeté de cœur, porter dans ces Parties, les Humeurs que nous voudrions qui en fuſſent toutes dehors, ce n'eſt pas aſſurément agir avec Prudence. Il ne faut pas moins d'exactitude au choix de l'Eau dont on ſe ſert, ſoit pour mêler avec un bon Vin, ſoit pour cuire les Alimens; car il arrive ſouvent qu'il y a dans l'Eau beaucoup de Matiere Pierreuſe. Entre les Eaux ſimples & ſalutaires on parle beaucoup de l'Eau de Nucera, dont les Princes, & les Perſonnes de qualité ſe font aporter quantité pour leur uſage: mais les Eaux

des Fontaines de Modéne, ne leur cédent en rien ; comme je l'ai fait voir dans un traité expres que j'ai fait de la beautê de leur ſource, & de l'excellence de leur qualitez.

L'Exercice modéré du Corps ſera encore un excellent Antidote contre le Poiſon de ces Maladies. Les Païſans, & les Gens de la Campagne ſont une preuve vivante de ceci ; puis qu'on dit que la Goute n'a jamais habité qu'une fois parmi eux. La Fable de Cælius Secundus Curio, De la Goute & de l'Araignée, que Gaſpar a Rejes raporte fort au long, *In Camp. Ebyſ. Quæſt.* 88. n'eſt pas moins agréable, que connüe de tout le Monde. „Un jour „que l'Araignée avoit un voyage à faire, „la Goute s'offrit de l'accompagner. On „partit, & vers le Soir celle-ci ne pou„vant plus marcher s'arrêta dans la Ca„banne d'un Pauvre Homme. L'Arai„gnée pouſſant plus loin arriva dans un „Palais magnifique. Le lendemain s'é„tant rejointes, elles commencerent cha„cune de ſon côté à ſe plaindre haute„ment de ſon logis. L'Araignée diſoit, „qu'elle n'avoit pu filer un ſeul Fil de tou-

„te

„ te la Nuit, & qu'à grande peine elle „ avoit échapé avec la Vie, à cauſe des „ fréquens coups de Balai des ſervantes, „ qui detruiſoient auſſitôt tout ce qu'elle „ avoit commencé. Le Goute dit qu'elle „ avoit trouvé un Hôte le plus dur, & „ le plus bourru, qu'on put s'imaginer. „ Pour Nourriture, des Legumes; pour „ Boiſſon, de l'Eau; & pour Lit, un „ Grabat auſſi dur que les Pierres: de „ ſorte qu'il lui avoit été impoſſible de „ fermer l'œil de toute la Nuit. Elles s'ac- „ corderent donc entr'elles, pour le pre- „ mier Gîte; que l'Araignée iroit dans „ les Maiſons des Pauvres, & la Goute „ dans les Palais des Rois; où ſans dou- „ te elles trouveroient toutes les deux ce „ qui leur convenoit. Point de coup de „ Balai ne viendroit interromper l'Ou- „ vrage de l'Araignée; au lieu que la „ Bonne Chere, l'Oiſiveté, les Lits dé- „ licieux, étoient l'Elément naturel de ſa „ Compagne la Goute.

L'Exercice corporel eſt de telle vertu, que même ſans beaucoup de modération dans la Nouriture, (que ceux qui, à cauſe de leur pauvreté, étant obligez de vaquer aux Ouvrages les plus rudes, ne peuvent

certainement pas obſerver;) les mauvaiſes Humeurs qui ſont les nourrices de la Goute, & de la Gravelle, ſont entierement diſſipées par la Süeur, & par le mouvement du Corps. Les choſes *Non-Naturelles* ſe prendront auſſi avec modération. Il n'eſt pas trop bon de dormir dans des Lits trop mols ; cela échauffe trop les Reins. Il ſera bon de tenir le Ventre libre, & même plutôt trop libre que trop ſerré ; de peur que les Excrémens de la premiere Coction n'entrent dans la Maſſe du Sang; & de là dans les Reins, & dans la Veſſie. Il faut ſe ſouvenir de ce que dit Plaute

Nolo ad veſicam quid eat, in ventrem volo.

Il ne ſera point mauvais de purger réglement de tems en tems ; & même de tirer du Sang, s'il paroit une trop grande abondance d'Humeurs : puis que ce n'eſt pas une choſe abſolument aiſée, de contenir dans de juſtes bornes, ceux qui ont tous les biens de la Fortune à commandement.

Hipocrate a dit autrefois, 6. *Aphor.* 17. „Que ceux à qui la Purgation, & la „ſaignée, ſont néceſſaires, doivent ê-

„tre

„tre ſaignez, & purgez au Printems. Et Galien, ſur cet Aphorisme, dit; „Nous „entretenons pluſieurs Perſonnes en „bonne Santé, qui dès long tems aupa„ravant, étoient conſtamment malades „tous les Ans. Et nous avons même, „par le moyen d'une telle Evacuation, „empêché la Goute, qui ne faiſoit que „de commencer, & qui n'avoit pas en„core ouvert de Pores dans les Jointu„res, de faire de plus grans progrez. Avec ces Remédes ci; on a lieu d'eſpérer que l'on entretiendra les Princes, & les Grands Seigneurs, dans un état continuel de bonne Santé; & qu'on préviendra les cruelles Maladies qui s'attaquent particulierement à leurs Perſonnes.

Chapitre Quatorzieme.

La Maniere de gouverner la Santé du Prince, dans une Expédition Militaire, & dans le Camp.

Puisqu'il n'eſt pas plus permis aux Princes qu'aux autres, d'être entierement heureux ſur la Terre; & qu'ils

ne peuvent pas toujours joüir d'une paix profonde; mais ſont ſouvent obligez de quitter leur Cour, pour aller déffendre, les Armes à la main, leurs Droits que leurs Voiſins leur diſputent, ou veulent leur enlever : il eſt du devoir du Medecin qui ſelon la coutume doit l'accompagner, de défendre la Santé de ſon Maître, contre tout ce qui la peut aiſément détruire. Deux choſes peuvent principalement incommoder la Santé d'un Prince dans le Camp ; le Changement dans la Maniere de Vie, & l'augmentation de Soins, & d'Embarras. Car il ne ſe peut que, malgré la Pompe avec laquelle les Princes ſe mettent en Voyage, faiſant porter avec eux tout ce qui peut contribuer à la Commodité de la Vie ; il ne ſe trouve des choſes auxquelles il a été comme impoſſible de pourvoir, faute de les avoir prévües ; & c'en eſt aſſez pour renverſer tout ce bon ordre, & ce régime de Vie, qu'il avoit coutume de garder. D'ailleurs le ſuccez de la Guerre, étant presque toujours au pouvoir de la Fortune, ou pour mieux dire de la Providence Divine; Quand même toutes choſes

ſes auroient été ordonnées, & reglées avec la derniere éxactitude, & la prudence la plus conſommée : le Prince qui doit avoir le ſoin de tout, & l'Oeil partout, ne peut qu'il n'ait l'Ame remplie d'inquietudes, & de troubles qui la rongent continuellement ; de ſorte que ſon Sommeil en eſt pour l'ordinaire interrompu, quelques bons que ſoit d'ailleurs les Lits où il repoſe. Cet état eſt naïvement repreſenté dans ce vers de Virgile, où il parle ainſi d'Enée,

. . . . . *Triſti turbatus pectore bello*
Procubuit, ſeramque dedit per membra quietem.

Il faut d'abord avoir égard à l'Air, & choiſir le plus pur qui ſoit dans le Camp, loin des Valées, & des Eaux croupiſſantes, pour y placer le Prince : particulierement s'il eſt queſtion du Siége d'une Place. Car ceux qui ſe méfient d'un Siége, s'ils ont des Rivieres, ou d'autres Eaux dans leur Voiſinage, ont coutume de les faire déborder, ou de les détourner ; de ſorte qu'elles inondent le Pays, & ainſi cauſent à l'Ennemi

nemi le plus de préjudice qu'ils peuvent ; en faiſant encore combattre contre lui un Air tout-à-fait impur. C'eſt ainſi que Naples fut autrefois delivrée des François qui l'aſſiégeoient : car la Chaleur de l'Eté ayant corrompu les Eaux qui ne pouvoient couler; l'Armée fut presque toute détruite, & le Général même, nommé Lotrech en mourut. Les Maladies de Camp, qui d'ailleurs ſont tres pernicieuſes, lorsqu'elles commencent à courir d'un lieu à un autre ; non ſeulement déciment, mais détruiſent entierement les Armées. On attribüe cet effet principalement à trois cauſes ; à l'Air corrompu, aux Eaux pourries, & aux Alimens malſains De là les Fiévres malignes ; & les Diſſenteries ſi communes dans les Camps. Nous avons tant d'Exemples qui confirment cette vérité qu'il ſeroit trop long de les rapporter ici. Il faudra donc trouver un Endroit pour le Prince, qui ne ſoit pas moins à couvert des inſultes du Mauvais Air, que des Embûches des Ennemis ; & qui ne ſoit pas non plus ſi pres du Camp, & des communs Soldats ; de peur qu'il ne ſoit incommodé

de

de la puanteur qui en ſort. Parmi les Juifs, la Loi avoit pourvu à la propreté des Camps; & il étoit défendu de ſoulager la Nature dans leur Enceinte: mais il falloit ſortir pour cela du Camp, faire un trou dans la Terre, & apres avoir ſatisfait à ce beſoin, le recouvrir. Chaque ſoldat avoit pour cela un outil pointu qu'il portoit toujours à ſon côté. Je me ſouviens d'avoir lu, que les Turcs, qui ſont tres propres dans leurs Camps, obſervent encore cette pratique, & qu'ils en ont fait une Loi parmi eux. On ajoute même à leur part des Munitions néeeſſaires, tant de Guerre, que de Bouche, une certaine quantité de Savon, dont qu'ils ſe ſervent à ſe laver, & à tenir leur Corps tres propre. Je rapporterai ici le Paroles mêmes du Deuteronome *Chap.* 23. à l'égard des Juifs. *Vous aurez un Endroit hors du Camp, pour y aller ſoulager la Nature, & vous aurez parmi vos Armes, un Pic pour faire un trou, que vous recouvrirez apres avoir déchargé votre Ventre.* Il ne faudra pas moins de ſoin pour trouver l'Abondance néceſſaire d'Eaux, les plus excellentes qu'on pourra, ſoit de

Puits

Puits, ſoit de Fontaine, ou de Riviere; tant pour faire le Pain, que pour cuire les Viandes, & pour mêler avec les Vins trop forts, ou les refraîchir modérément. Et s'il eſt néceſſaire de changer de Camp, ou de faire une longue Marche, il faudra prendre garde, qu'on porte une quantité convenable, de bonne Eau, dans des Bouteilles de Verre pour la Perſonne du Prince. Car il faut en ces occaſions faire autant de cas de la Santé du Prince, que du ſuccez de la Guerre, & de la Victoire; & il eſt certain que le Prince étant hors de danger de toute ſurpriſe, & dans un état de Santé excellent, tout eſt tranquile dans l'Armée: on n'y ſonge qu'à vaincre l'Ennemi. Cependant on ne peut pas toujours régler ſi bien les choſes, que fort ſouvent les Chefs d'une Armée, auſſi bien que les Soldats, ne ſoient attaquez, & ne ſouffrent beaucoup de la Faim, & de la Soif. Caton D'Utique, dans la fureur des Gueres Civiles, ayant embraſſé le parti de Pompée, ſe trouva un Jour dans la Libie avec ſon Armée fatigué d'une Soif cruelle; en ſorte que les Soldats ne pou-

pouvant trouver d'Eau, ils mouroient en quantité : enfin ceux qu'on avoit envoyé à la decouverte ; trouverent un Lac ; mais les Soldats le voyant entouré de Serpens qui y venoient boire, n'en vouloient pas goûter, la croyant empoiſonnée ; ce qu'apprenant Caton, il y accourut, & leur perſuada d'en boire ; les aſſurant qu'il n'y avoit aucun venin. Lucain fait parler ce Grand Capitaine, non ſeulement comme un Philoſophe, mais comme un ſavant Medecin moderne; voici ſes Vers.

Non dubita miles tutos haurire liquores
Noxia ſerpentum eſt admixto ſanguine peſtis
Morſu virus habent, & fatum in dente minantur
Pocula morte carent, dixit, dubiumque venenum
Hauſit. —— ——

Ce qui arriva à Brutus, apres la mort du Dictateur, n'eſt pas moins mémorable. Plutarque raconte, *in 6. quæſ. con.* que ce Romain aſſiegeant Dyrrachium au milieu de l'Hiver, & par des Nei-

Neiges tres hautes ; fut attaqué d'une Faim canine, jusqu'à perdre courage; (ce que les medecins crûrent lui être arrivé à cauſe des longues Marches qu'il avoit faites à travers ces Neiges) & ceux qui portoient les vivres étoient encore tres éloignez. Les Soldats ayant pitié de l'état de leur Capitaine coururent aux Murailles de la Ville, & demanderent du Pain aux Ennemis, qui leur en donnerent, libéralement, & avec joye. Brutus s'en raſſaſia, & la ville s'étant à la fin rendüe; il en traita les habitans avec une humanité égale à leur Civilité. Ainſi, puis qu'on ne peut pas toûjours conter ſur une vie délicieuſe dans un Camp; & qu'au contraire le Prince eſt obligé d'y endurer comme les autres, le Chaud, le Froid, le Vent, la Pluye, les Veilles, & pluſieurs autres Incommoditez, comme des Retraites ſubites quelquesfois, lorsqu'il eſt néceſſaire, &c. Il faut qu'il s'accoutume peu à peu à ſupporter toutes ces choſes, afin que ſa Santé ne ſouffre pas trop tout d'un coup, par un ſubit changement de Maniere de Vie. Il eſt à propos qu'il prenne tous les jours quelque Exercice Corporel; comme de monter

monter à cheval, à des heures même incommodes, de visiter son Camp à pied, & de passer la Journée plutôt à l'Air que dans la Tente. Ainsi le Corps s'accoutumera comme par dégrez, à supporter les Travaux, aussi bien que les Injures de l'Air, & des Vens. Il ne manque pas d'Exemples de Rois, & d'Empereurs, qui quoiqu'élevez, & nourris dans des Cours délicieuses, ont tellement endurci leurs Corps, par des Exercices Journaliers, qu'ils les ont à la fin rendus capables de porter les fatigues de la Guerre, sans que leur Santé en reçut le moindre préjudice; & comme nous les voyons suporter aux simples Soldats. Les François admiroient tellement la force de Corps de leur Roi Henry IV. qui par sa vertu, & sa longue patience; quelques fois vaincu, plus souvent vainqueur; conquit à la fin son propre Royaume; qu'ils ne l'appetoient presque, que le Roi de Fer. Nous avons vu de nos jours un pareil Exemple de Force, & d'Esprit & de Corps, dans la Personne du Roi de Sardaigne, alors seulement Duc de Savoye; qui a soutenu pendant tant d'années, tout l'Effort

fort des Armes Françoiſes, qui ravageoient ſon Pays, & portoient partout le Fer & le Feu. A la fin il ſe trouva renfermé, & aſſiégé dans ſa Capitale. Alors, ne dormant ni Jour, ni Nuit, ſe trouvant partout à tous les mommens, pour donner ſes Ordres, & les voir exécuter: il ne prit aucun repos jusqu'à ce qu'ayant obligé ſes Ennemis à lever le Siége, il vit ſa Ville délivrée, & en poſſeſſion d'une parfaite Tranquilité; ſans que ſa Santé, ou ſes Forces, en fuſſent le moins du monde altérées. N'étant donc pas une choſe aiſée, de garder toûjours un même Régime de vie dans le Camp; il n'eſt pas néceſſaire que le Prince s'attache avec tant de ſcrupule, à ſuivre les conſeils de ſon Medecin; mais, comme dit Celſus: „ il peut varier ſa „ Maniere de vie; quelques fois ſe re„ poſer; s'exercer ſouvent; aujour d'hui „ en Feſtin, demain manger très peu; „ tantôt en prendre plus, & tantôt ſeu„ lement ce qui lui eſt néceſſaire. Il ne doit pas néantmoins s'écarter des régles de la Tempérance, autant qu'il lui eſt poſſible: & il fera toûjours bien de s'abſtenir de manger en trop grande quan-

quantité, ou de boire des Vins forts, ſans les mêler d'Eau: car les Campagnes, & les grandes Actions Militaires, ne ſe faiſant pour l'ordinaire que l'Eté, les Vins forts, bus ſans modération, ſeroient plus propres à ruiner ſa Santé, qu'à la conſerver. C'eſt pour cette raiſon, que Platon *lib. de leg.* a déffendu l'uſage du Vin dans les Armées, & principalement à ceux qui y avoient quelque Commandement. Galien cite ce même Endroit de Platon. *lib. duod. Ani. Mor. ſeq. Corp. Temper.*

Mais comme il n'y a ſouvent que trop de loiſir dans un Camp, ſurtout ſi un Siége devient long; il ne faudra pas omettre les divertiſſemens, qui en relâchant un peu l'Eſprit de l'Attention continuelle que cauſent les Affaires, peuvent par conſéquent contribüer à la Santé. Car, comme dit Platon, toutes les affections de l'Eſprit, ſoit bonnes, ſoit mauvaiſes, paſſent dans le Corps pour y produire leurs Effets. Mais que ces Divertiſſemens ſoient tels, qu'il eſt ſéant à un Prince ſage; & éclairé, de les prendre. Les converſations, par éxemple, avec des Gens Savans, qu'il aura amené

né avec lui ; la Lecture de toutes ſortes de Livres ; ſurtout des Hiſtoires, tant anciennes, que modernes ; où il puiſſe trouver du plaiſir, & de l'utilité tout enſemble. Il ſera bon quelques fois de lire l'Ecriture Sainte, comme les Livres des Rois, des Chroniques; &c. Les Livres qui traittent de l'Art Militaire, & de la Philoſophie, lui ſeront auſſi d'un grand avantage. Auguſte qui peut paſſer pour le Modéle des Princes, tant dans la Guerre, que dans la Paix, avoit accoutumé dans ſon Camp devant Modéne, de lire, d'écrire, & même de faire des Harangues, au rapport de Suétone. C'eſt ainſi que Jules Céſar entremêloit la Guerre avec l'Etude des Choſes Naturelles, & même des Spirituelles, ſelon le Poëte Lucain qui le fait parler ainſi

— *Media inter prœlia ſemper*
Stellarum, Cælique plagis, ſuperisque vacavi.

Il ſera bon enfin de joüer quelquefois aux Dez avec ſes plus familiers Amis, Courtiſans, & Officiers ; pour di-

divertir ſon Eſprit de la multitude de Soins, qu'il eſt obligé de prendre; & ainſi il pourra remarquer, & s'accoutumer aux différens Jeux, ou Changemens de la Fortune. Ce que Sidonius Apollinaris dit à ce ſujet de Théodoric Roi des Gots, eſt fort remarquable. „Lorsqu'il faut joüer, dit il, ce Prin„ce quite pour quelque tems ſa Ma„jeſté: dans les Coups heureux, il ne „dit rien: dans les malheureux, il rit: „dans les indifférens, il ſe fâche, & il „paroît dans les uns, & dans les autres, „veritablement Philoſophe. Que le Prince donc exerce, & occupe ſon Eſprit de tems en tems, à ces ſortes de Divertiſſemens, dont nous venons de parler. Qu'il ſe fortifie contre toutes ſortes d'Evénemnens: & qu'il ſache qu'un Bon Prince; eſt né pour, *Agere, & pati fortia*, faire, & ſouffrir de grandes Choſes.

F I N.

L'ART DE CONSERVER.

LA SANTE

DES

RELIGIEUSES.

Si nous donons aux Moines, & aux Religieux dont prèsque toutes les Villes ſont enrichies le Titre de *Milice célèſte, combatante ſur la Terre:* il nous peut être permis de dire, que les Religieuſes ſont auſſi une Eſpèce de *Milice*, qui dans l'Enceinte d'un *Camp fixe*, ſait combatre de pié ferme l'Ennemi du Genre Humain, & le ſurmonter. Il n'y a point de Nation ni de Religion, ſoit Payenne, ſoit Juive, qui ait eu conoiſſance de cette ſorte de *Milice*, ou qui même y ait penſé; comme n'ayant de l'attention, & de l'èſtime, que pour la *Fécondité*, & pour la Propagation de l'Eſpèce. Cette Gloire, & cet Ornement ètoient réſervez à la ſeule Religion Chrètienne, qui a pour Chèf *J. Chriſt*, la Fleur

des Vièrges, & le ſeul qui ſoit né d'une Mère *Vièrge*. il eſt vrai, que Rome a eu ſes Vièrges qu'èlle qualifioit de Saintes, & apeloit *Vèſtales*, du Nom de leur Déèſſe *Vèſta*. Ces Vièrges avoient ſoin des Sacrifices de cette Déèſſe, & gardoient *le Feu Eternel*. que l'on conſervoit dans ſon Temple. Elles ètoient quatre, au Comencement; puis èlles furent miſes au Nombre de ſix, & demeuroient dans le Temple de la Déèſſe, où tout le Monde avoit une libre Entrée pendant le Jour; quoiqu'il ne fut permis à aucun Homme d'y paſſer la Nuit. Voila à la vérité quèlque Ombre de nos Vièrges; mais combien peu leur reſſemble-t-elle? Le Tems de la Chaſteté de cèlles là ètoit marqué: Car aprês trente Ans paſſés dans les Exercices de leur Profèſſion, èlles pouvoient ſe marier, & comme dit Prudentius, *Transferre emeritas ad fulcra jugalia rugas.*

Mais de nos Vièrges, ou plutôt *Femmes Fortes*, nous en avons des *Légions* dans toutes nos qui Villes; conſervent à Dieu la Chaſteté qu'èlles lui ont vouée, & Perpétuèlle, & ſans Tache. De même donc que les Armées d'Hom-

d'Hommes, lorsqu'èlles partent pour la Campagne, ont acoutumé de mener avèc èlles leurs Mèdecins ; ètant une choſe tres nécèſſaire, que les Soldats ſe portent bien, & ſoient bien traités dans leurs Maladies s'il leur arive de tomber dans quèlqu'une, ou d'être blèſſés; il eſt juſte auſſi que ces *Milices Virginales* ayent leurs Mèdecins à la Main, qui ſoient ſavans, & vigilans, pour prendre tout le ſoin poſſible de leur Santé (autant qu'il leur eſt permis.) J'avois quelque envie de traiter des Maladies de ces bonnes Religieuſes, & de la manière de les guérir; mais j'ai enfin cédé à mon premier Dèſſein de parler auparavant des Moyens de les conſerver en Santé; ètant toujours du Sentiment, qu'il eſt plus glorieux de prévenir, que de guérir les Maladies.

Le Mèdecin donc qui ſera apelé à ce *Miniſtère*, & qui doit joindre la Siençe à la Prudence, & aux bonnes Mœurs; doit d'abord èxaminer les Qualités de l'Air, dans lequèl le Monaſtère eſt ſitué; car ſi l'Air en eſt bon, ſa Charge ſera bien aiſée à faire ; il n'aura pas beaucoup d'Ouvrage : mais s'il eſt mal-

ſain, ce ſera toute autre choſe: l'Air que nous rèspirons, ayant beaucoup de puiſſance, & d'èfèt ſur nos Corps; ſurtout lorsqu'il arive que les Couvens ſont magnifiquement bâtis, & entourés de Jardins délicieux, pour la ſatisfaction, & la Récréation des Religieuſes; mais ſitués tres mal par cette même Raiſon, par ce qu'ils ſont ordinairement auprês des Murailles; afin de pouvoir étendre le Terrein, & faire les Jardins plus ſpatieux. Ce que l'on a fait ainſi, faute de conſidérer, que les Foſſés ſont voiſins, & que les Egouts, & les Cloaques de la Ville vienent s'y rendre, avèc tout ce qu'il y a de plus capable d'infècter l'Air qui les environne. Car c'eſt ce que nous voyons toutes les Années: il y a toujours un plus grand nombre de Malades, & de plus groſſes Maladies, parmi ceux qui habitent ces Endroits là, pres les Murs, & les Foſsés; que parmi les autres, qui ſont plus avant dans la Ville. C'eſt la Remarque qu'a fait Hipocrate, *lib. Epid.* dans l'Hiſtoire qu'il raporte de cet Homme qui demeuroit pres des Murs. J'ai moi même remarqué ceci dans les Monaſtêres; car s'ils ſont ſitués dans l'Interieur de

de la Ville, quoique privés de cette Commodité, Grandeur, ou Magnificence des Jardins, ou des Promenades; on y jouit d'une bien meilleure Santé, que dans ceux qui ont ces Avantages, ſans avoir celui d'une pareille Situation. Il faut donc qu'un Mèdecin, autant qu'il peut, détourne tout ce qui contribue à la Coruption de l'Air; & avertiſſe ſes Religieuſes, d'éviter les Vens qui viennent du Côté où ſont ces Immondices: qu'èlles ne ſoufrent point dans l'Enceinte de leurs Jardins, ces grans Tas de Fumier, qu'on voit dans quèlques Endroits: Mais qu'on en faſſe acheter de Dehors, à meſure qu'on en aura beſoin: non de Nouveaux, mais des plus Vieux; de peur qu'en ſongeant à améliorer la Terre de leur Jardin, èlles n'éxpoſent leur Santé à un Danger continuèl; en rempliſſant l'Air de Particules, qui ne peuvent que le corompre. Héſiode, lorsqu'il traite des Maladies des *Laboureurs*, n'approuve point, pour ces Raiſons, qu'on fume les Terres, ayant en cela plus d'égard à la Santé de l'Homme, qu'à la Fertilité du Champ. Les Religieuſes ne doivent

point non plus ſe promener, ni le Matin, ni le Soir, dans leurs Jardins; de peur qu'èlles ne gagnent le Mal de Tête : & l'on doit bien prendre garde, que tout ſoit toujours tres propre dans la Maiſon; afin que l'Air qui y circule n'y puiſſe rien prendre, qui ſoit aprês cela préjudiciable à cèlles qui le rèſpirent.

J'ai quèlquefois vu, & je ſuis d'ailleurs informé, que c'eſt la Coutume, dans prèsque tous les Couvens qui le peuvent, de nourir cinq ou ſix Cochons, pour en faire dans le Tems, du Salé, des Jambons, des Sauciſſes, des Boudins, du Lard à larder, & mille autres choſes, qu'on conte comme un Ménage d'avoir chés ſoi. Mais on ne conſidère pas, que quoiqu'on tienne ces Animaux enfermés, ou dans des Endroits reculés; il eſt impoſſible qu'ils ne cauſent dans l'Air beaucoup de coruption; ſurtout en Eté, & lorsqu'on eſt obligé de nétoyer leurs Etables; par la Puanteur qui en ſort, & qui eſt capable d'infècter toute la Maiſon. Il n'eſt pas néanmoins aiſé de leur perſuader de quiter l'Habitude d'en nourir; quoique

que tout bien conſidèré, il ſoit évident que l'Avantage qu'èlles en retirent, n'eſt pas capable de compenſer le Mal qu'ils peuvent leur faire. Mais enfin ſi cela leur plaît; & qu'èlles s'obſtinent à vouloir nourir de ces Animaux; qu'èlles faſſent donc en ſorte d'en être le moins qu'èlles peuvent incomodées; & en général comme en particulier, qu'élles tâchent, que l'Air ne ſoit que le moins qu'il ſe peut corompu, ou de cela, ou d'autre choſe quèlle qu'onque, qu'il ſoit en leur Pouvoir de prévenir.

Quant aux Alimens comuns à tout le Genre Humain; le Pain tient le premier Rang. Je n'ai pas grande choſe à dire ſur cet Article; car tous les Monaſtêres ont, généralement parlant, le meilleur Pain. Elles le font èlles même avec grand ſoin; & la plus part du tems, il eſt tout tendre lorsqu'èlles s'en ſervent: de ſorte qu'il ne rèſte rien à déſirer là deſſus. Il n'en eſt pas de même du Vin; *les Vins de Religieuſes* ètant pour la plus part de la Nature de ceux qui ſe portent fort mal en Eté: car ſitôt qu'ils ont ſenti les Chaleurs de la *Canicule*, ou du *Lion*, ils

deviennent ſans force, comme ſans ſaveur. Ce malheur leur arrive tous les Ans, parce qu'au Comencement, ſoit pour augmenter la *quantité*, & remplir tous les Toneaux qui ſont dans la Maiſon; ſoit pour rendre le Vin moins fort, & plus à la portée des *Filles*, on y mèt beaucoup d'Eau. & ainſi leur Chaleur naturèlle ètant èteinte, ils ne peuvent ſuporter cèlle de l'Eté.

Il en arive encor un autre Mal; c'eſt que, pour ne pas boire ces méchants Vins; même avant que les Vendanges ſoient venûes; èlles font des Vins Nouveaux, de Grapes non encore parfaitement mûres, & qui auſſitôt qu'ils ont bouilli ſeulement quèlques jours, viennent clairs, & ſont mis en uſage: & de là viennent les Maux d'Eſtomac, & les Coliques *Venteuſes*. Or pour évirer ces deux Inconvéniens; qu'èlles ſe faſſent en ce Tems là des Vins de Raiſins ſêcs, & d'Eau; laiſſant le tout s'échaufer, & fermenter au Soleil, car on apèle les Raiſins ſêcs, *du Vin concentré*. Que ſi cela ne leur plaît pas; qu'èlles tâchent de ſe procurer de bon Vin Vieux, par le moyen de leurs,

Pa-

Parens, & de leurs Amis; parce que le Vin, tèl qu'il ſoit, s'il eſt Nouveau, eſt toujours tres contraire à l'Eſtomac, & à la Santé; & l'on doit s'en abſtenir abſolument, ſi on peut en avoir du Vieux, par quèlque moyen que ce ſoit. Notre Sauveur a dit lui même, en S. Luc; *Perſonne, ayant du Vin Vieux, n'en deſire du Nouveau tout d'un coup.* Je tâche ordinairement de perſuader à la Supèrieure des Maiſons où je ſuis apelé de faire *filtrer* les Vins Nouveaux pour l'uſage comun, au lieu d'y mêler tant d'Eau, & de les mètre ainſi dans les Toneaux. Car le Vin, ainſi *filtré*, & purifié de ſon *Tartre*, & de ſa Lie, à la Propriété de ne jamais ſe fermenter dans le Vaiſſeau: au lieu que les autres Vins ne cêſſent de *bouillir*, quèlque fois pendant pluſieurs Mois. Les Vins *filtrés* ont auſſi cette Propriété, que jamais ils ne *s'afadiſſent* &; ne perdent non plus jamais leur Couleur: ſeulement, lorsque les Chaleurs de l'Eté ſont tres grandes; ils ſont ſujêts à devenir un peu aigres. Je croirois pourtant plus à propos, tant pour la Santé des Religieuſes, que pour le Profit du Couvent;

que cèlle qui a le Soin de la Cave, eut auſſi celui de procurer des Vins forts, capables de réſiſter même aux plus ardentes Chaleurs de *la Canicule*. Alors on les mêleroit avèc la quantité d'Eau convenable, ſelon la Coutume de pluſieurs Maiſons, avant de s'en ſervir. La Santé des Religieuſes en ſeroit bien plus égale, & meilleure ; & l'Apoticairerie de la Maiſon ne conſumeroit pas tant de ſes Revenus. Je ſai que dans certaines Maiſons, on a coutume de mètre dans le Vin, pour qu'il ſe ſoutienne, une certaine quantité, ou proportion d'Alum, dans chaque Toneau ; mais comme les Vins en deviennent *aſtringens*, & qu'ils cauſent prèsque toujours des *Obſtructions*, je ne crois pas devoir les recòmander ici ; comme étans trop coutraires à la Conſervation de la Santé. Pour ce qui regarde les autres Alimens ; les Inſtituts des Maiſons ètant ſi difèrens ; les Religieuſes des unes ne mangeant jamais que *Maigre*, & cèlles de pluſieurs autres uſant de *Viande*, & de toutes les autres choſes, dont les Séculiers mangent : les Ages, d'ailleurs, les Coutumes, les Habitudes, les Tempéramens, ètant

ètant ſi contraires, on ne peut prèſcrire que des Règles tout à fait générales. Souvenons nous néanmoins en tout que le premier Principe, la première Règle, *Polycleti regula*; eſt une juſte Modération. Cèlles qui s'abſtiennent de *Viande*, & qui ne vivent que de *Poiſſon*, ou de *Légumes*, ſont ordinairement d'une Santé aſſés foible. Hipocrate nous dit; „ que les Alimens foi-„bles ont le moins de *Vie*: c'eſt a dire qu'ils ſont lègèrs, ont peu de ſubſtance, & ſe corompent facilement. M. Ficinus; *de Stud. Val. tu.* dit; „qu'il „faut manger quatre fois la quantité de „Pain, en mangeant du *Poiſſon*, ou „des *Légumes*. En général; les *Légumes* ſont Venteuſes, & n'engendrent que des Sucs *Mélançoliques*; qui de leur Nature ſont contraire à la Santé. Hipocrate parlant des *Légumes*, *lib. de rat. vict. in ac.* dit; qu'èlles ſont toutes Venteuſes, ſoit crues, bouillies, ou fricaſſées; à moins qu'èlles ne ſoient vertes, & fraîches. Martian donne une Raiſon, pourquoi les *Légumes* trempées, ou ramolies, & les vertes, ſont moins nuiſibles que cèlles qui ſont sèches,

ria; *de vid. ſerv.* & dans cèlle à *Démétriade*, *de virg. ſerv.*

A l'égard de cèlles qui ne ſont pas obligées à une Règle ſi auſtère, & qui mangent de la *Viande*; èlles uſeront autant qu'il leur ſera poſſible de la Chair de Mouton; comme ètant d'une Tranſpiration plus aiſée; ſelon la Remarque qu'en a fait Sanctorius *Lib. de Stat. Med.* Aprês cèlle là, nous avons le Veau, & la Volaille; les Poulêts, les Pigeons, les Oiſeaux qui habitent les *Montagnes*, s'il leur eſt aiſé de les avoir, & de les acheter. Quant au Beuf, au Cochon, & à ce qu'on apèle *Viandes Noires*, èlles ſont trop indigèſtes, & produiſent des Sucs trop groſſiers, Il y a à Modène un tres beau Couvent de Religieuſes apelées *Saléſiennes*, de leur Fondateur S. *François de Sales*; (en France on les apèle Religieuſes de la *Viſitation*) qui a été erigé, par la Magnificence de la Séréniſſime Princèſſe la Duchèſſe *Laure*, & doté de Revenus conſidèrables; où les Religieuſes ne mangent jamais d'autre Viande que du Veau; afin, diſent èlles, qu'autant qu'il leur eſt poſſible; èlles ſe conſervent en Santé, & ſoient

ſoient en ètat de ſervir Dieu avèc joie, & contentement d'Eſprit. Il eſt à propos que les Religieuſes ayent le Sang Spiritueux, & que le Paſſage dans, & hors des Vaiſſeaux, s'en faſſe aiſément; ſurtout dans un Age, où cela eſt auſſi naturèl, que néceſſaire.

Je n'ignore pas qu'èlles ſont obligées, pour obſerver leur Règle, & leurs Conſtitutions, de mortifier leurs Corps par des Jeûnes multipliés; mais en cela, comme en toute autre choſe, il faut avoir égard au Proverbe Grèc μηδὲν ἄγαν; qui nous enſeigne qu'il faut éviter l'Excês. Car il y a beaucoup de Religieuſes, aſſés zèlées, & aſſés ferventes, pour ſe ruiner entièrement le Corps, & la Santé. Il y en a qui dans une première Jeunèſſe ſe ſont tèllement épuiſées de Sang, & de Forces, qu'elles ne ſont pas ſeulement infirmes; mais tout-à-fait *Maladives*; & dans cet ètat, èlles deviennent incomodes aux autres, à charge à la Maiſon, & ſujètes à ne faire que trop ſouvent impatienter un Mèdecin, que leur Indiſcrètion a rendu incapable de leur prèscrire des Remèdes, auſſi prompts, que cette Indiſcrè-

ſcrètion, toujours la même, leur fait demander avèc emprêſſement, & attendre de lui comme une chofe à laquèlle il ſeroit obligé. Il ne ſera pas inutile, ou hors de propos, de raporter ici les Paroles de S. Jérome, dans l'Epitre à *Démétriade*, que nous avons deja citée, il y parle ainſi du Jeûne: „ Tu dois Jeûner de ſorte, que „ tu ne palpites pas continuèllement, „ comme ſi tu ne pouvois rèſpirer; & „ qu'il faille que tu ſois portée dans les „ Bras, ou trainée par la Main de tes Com„ pagnes: mais il faut que mortifiant *l'Ap„ pétit charnèl* tu te trouves néanmoins „ en état de ne rien diminuer de tes Lè„ ctures, de tes Prières, & de tes Veilles. „ Le Jeûne n'eſt pas une Vertu parfaite; „ mais ſeulement le *Fondement*, & la „ *Baſe* des autres Vertus. *Manger peu*, „ c'eſt là la Santification, & la Chaſte„ té. Une faim modérée que l'on ne „ ſatisfait jamais pleinement, eſt préfé„ rable à un Jeûne de trois Jours.

Enſuite de tout ceci, il n'y a rien de plus capable de détruire la Santé des Religieuſes, que de ne pouvoir jouir des Avantages d'un Someil naturèl, & modéré. Cela arive ſouvent, dans ces Mai-

la Main à ſon ſecours. Et èlles mêmes, quoiqu'èlles y ſoient acoutumées, ne la trouvent pas moins désagréable; quèlque *Nom* qu'èlles lui donnent, comme à une *Infirmité Naturèlle*, à laquèlle èlles ne doivent pas prendre garde. Hipocrate *Lib. Epid.* recommande de dormir dans un *Lieu Froid*, mais *Couvert :* c'eſt à dire dans une Chambre raiſonablement large; pourvu qu'on ſoit bien couvert dans le Lit; de peur que le Someil ne ſoit intèrompu par le *Froid*, qui lui eſt ſi contraire. Car il eſt certain que l'Air que nous rèſpirons alors, eſt beaucoup plus pur, & plus ſain; comme nous avons déja dit dans un autre Endroit.

Les Religieuſes qui ont chacune leur petites Célules, dorment bien plus agréablement; ſurtout l'Hiver. Le Someil eſt alors plus doux, & èlles peuvent y employer tout le Tems que leur Règle leur acorde pour cela : quoique ce ne ſoit pas tout-à-fait de même en Eté. Il ly a encore une Incommodité tres grande qu'èlles ne ſauroient éviter; qui eſt de faire rentrer dans èlles mêmes, par la Bouche, & par les Narines,

nes, l'Air que les Tranſpirations continuèlles qui ſe font par tous les Pores du Corps, ont corompu, & rendu tres mal-ſain. Je leur conſeille donc ſi èlles veulent éviter cet Inconvénient, ou du moins en diminuer les mauvais éfêts, de laiſſer toujours la Porte de l'Endroit où èlles dorment un peu entr'ouverte en Hiver, auſſi bien qu'en Eté; afin que l'Air puiſſe ſe renouveller, & qu'il y ait une Eſpèce de *Commerce* entre l'Air du Dedans, & celui du Dehors. Mais s'il y en a qui, malgré les petites *Précautions* qu'èlles peuvent prendre, ne dorment pas néanmoins aſſés pendant la Nuit; ſurtout l'Eté, auquèl les Nuits ſont les plus courtes; èlles pourront dormir quèlque Heure pendant le Jour, & toujours avant le Repas, s'il leur eſt poſſible, ſelon l'Avis de *Celſus*.

Mais s'il n'eſt pas toujours fort facile à ces bonnes Dames de jouir des Avantages d'un Someil long & agréable; il n'y a pas la même Dificulté à réparer ce Défaut par un *Exercice* convenable du Corps, qui leur ſera également utile pour la Santé. Si nous èxaminons bien

bien la Vie des Religieuſes, nous la trouverons prèsque toujours ſédentaire; car ou èlles ſont dans leurs Célules, apliquées aux Ouvrages de la *Divine Pallas* les plus delicats; ſoit Tapiſſerie, Broderie, Petit Point, ou autres têls èxcèllens Chèfs-d'œuvres de l'Aiguille; ou bien èlles ſont dans l'Egliſe à chanter, ou à méditer. Elles paſſent ainſi la plus grande partie du Jour; & c'eſt ce qui ne permèt pas à leur Santé d'être, ou bonne, ou durable. Elles répondront peut-être, que pſalmodier, & chanter, ſont des *Exercices* auxquêls èlles n'ètoient point acoutumées, lorsqu'èlles ètoient chés leurs Parens, & dans leurs Maiſons. Je ne nie pas, que ce ne ſoit des *Exercices*; mais ils ne ſufiſent pas, ſi tout le Corps n'eſt pareillement èxercé, par un Mouvement général & proportionné. Platon n'apèle véritable Exercice, que celui qui ſe fait par un Mouvement de ſoi même, dans ſoi même: or la Lècture, & le Chant; n'èxercent, tout au plus, que les Poumons, & non pas tout le Corps. Elles répondront encor, que tous les Jours, au Matin, à Midi,

Midi, au Soir, même pendant la Nuit, èlles donent du Mouvement à tout leur Corps, lorsqu'èlles en donent à toutes les Cloches de leur Couvent; ce qui eſt un Exercice aſſés capable, non ſeulement de les échaufer, mais auſſi de les faire ſuer quèlquefois abondamment. Quant à cet Exercice je ne le déſaprouve pas, & je l'aprouverois encor plus, s'il ne leur atiroit pas ſi ſouvent les *Malédictions* de tout leur Voiſinage. Cepandant je me ſouviens fort bien, d'avoir guéri Nombre de jeunes Religieuſes, de Fluxions tres douleureuſes, & tres violentes, qu'elles avoient gagné à aller ainſi, la Nuit, & en Hiver, au haut d'un Clocher, carilloner de toutes leur force, pour anoncer, tantôt quelque Féte plus *Solemnèlle*; & tantôt la Priſe d'habit de quèlque Jeune Demoiſelle. Mais je m'étonne ſurtout, que toutes les Religieuſes en général, & dans toutes leurs Maiſons, prennent un ſi grand Plaiſir à *tourmenter* ainſi les Oreilles de tout le Monde. Il ne manque pas d'autres ſortes d'Exercices, qui ſont auſſi propres à donner au Corps en général, & à toutes

ſes

ſes Parties en particulier, un Mouvement utile à la Santé. Les Manufactures de Toiles, ou d'étofes, d'une Largeur, & ſur des Métiés proportionés à la Force, & à la Condition de ces bonnes Dames, pouroient donner de l'Exercice à leur Corps, à leurs piés, & à leurs Mains tout enſemble: mais je ne ſache pas avoir jamais vu, dans aucun Monaſtêre, un ſeul de ces Métiés. Cependant ſi quèlque choſe eſt capable de défendre une Religieuſe des *Obſtructions* dans les Vaiſſeaux *Naturêls*, & de les diſſiper, lorsqu'il y en a, c'eſt aſſurément de manier la Navètte: car c'eſt dans cet Exercice que tout le Corps eſt employé; & nous ne voyons point de Femmes, plus robuſtes, & d'une meilleure Couleur, que cèlles qui ſuivent cette Profeſſion là. *Si on trouve*, dit l'Ecriture, *une* Femme Forte, *c'eſt celle qui a pris du Lin, & des Laines, & qui en a fait des Ouvrages ſelon l'Art que ſes Mains ont ſu.* Il ètoit autrefois permis aux Religieuſes de ſortir, de tems en tems, de leur Maiſons, quoique jamais ſeules; & èlles aſſiſtoient toujours, comme les autres *Compagnies* de Religieux,

gieux, aux Prières, & aux Procèſſions Publiques: & cela, ſans doute, devoit leur être autant agréable, qu'il étoit utile à leur Santé; comme ètant une Eſpèce de *Récréation* & en même tems une ſorte d'Exercice corporèl aſsès modéré. Mais puis qu'il a plu au S. Pere *Boniface* VIII. de leur ôter ce peu de Liberté; & qu'il a voulu qu'èlles rèſtaſſent *perpétuèllement* dans leurs Maiſons, plutôt un *Spèctacle* à Dieu & aux Anges, qu'aux Créatures, & aux Hommes; il ſeroit donc nécèſſaire qu'èlles ſe fiſſent quèlques autres Exercices; & ſurtout il faudroit qu'èlles ne laiſſaſſent pas toujours tout ce qu'il y a de plus fatiguant à faire dans la Maiſon, à leurs *Servantes* qu'èlles apèlent *Sœurs Converſes*; pour la pluſpart Filles de Campagne, & par conſéquent plus acoutumées au Travail qu'èlles ne ſont èlles mêmes: de peur qu'èlles ne portent un jour envie à leur *Fraîcheur*, à leur Force, & à leur Santé. J'ai vu dans certaines Villes des Maiſons de Filles, qui n'avoient pas de ces *Converſes*; mais toutes les Religieuſes y étoient égales, & ſervoient tour-à-tour dans les difè-

rens

rens Offices ; ſe procurant ainſi à èlles mêmes toutes les difèrentes nécèſſités de la Vie. C'eſt ainſi que les Religieuſes qui ont leur Santé à cœur, de vroient être *Laborieuſes*, & que non ſeulement leurs Mains alâſſent & vinſſent, ſur de petits Ouvrages de rien ; mais que tout leur Corps fut employé, & eut ſa part du Mouvement. Tout ce que les Mèdecins, diſent *De excretis*, & *retentis*, a ſon Origine dans un Exercice proportionné du Corps, comme un Fruit a la ſienne dans ſa Racine. Car lorsque ce qui doit être rejèté hors du Corps, a été bien ſéparé de ce qui y doit rèſter ; la Nature a bien moins de peine à retenir ce qui lui eſt nécèſſaire, pour la Nouriture du Corps. Mais ſi le Mouvement, & l'Exercice corporèl ſont ſi nécèſſaires à la Santé ; la Tranquilité d'Eſprit ne l'y eſt pas moins: car, comme il a déja été dit, il y a un tèl *Raport* du Corps à l'Ame, & de l'Ame au Corps ; qu'ils ſe communiquent tres aiſément tout le *Bien* & le *Mal*, dont l'un ou l'autre reçoit l'Inprèſſion. Quels Troubles, quels *Renverſemens*, les Paſſions violentes n'èxci-

tent èlles pas dans les Corps, ou plutôt dans toute la Maſſe du Sang; comme la Colère, la Crainte, la Joye, &c. ſi on n'eſt èxtrèmement ſur ſes gardes! Le Savant *Chambræus*, *lib. De paſſ. char.* l'a fait voir bien clairement, jusqu'à nous doner les Marques, & les difèrentes *Couleurs*, que chaque Paſſion produit ſur le Viſage: & l'on en peut facilement conjècturer qu'èlle eſt la violence des Mouvemens *intèrieurs* qu'èlles èxcitent ſurtout dans les *Femmes*. J'ai remarqué nombre de fois, dans certaines *Femmes*, qu'une ſoudaine Paſſion a fait une *Révolution* ſi grande, & a cauſé une *Contraction* ſi ſubite dans leur *Intèrieur*, que dans moins d'un Moment ce qui avoit un plein *Cours* auparavant, a été tout d'un coup abſolument arèté. Que les Stes Ames donc, prennent bien garde à ne ſe pas laiſſer emporter aux Paſſions, particulièrement à la Colère; &, comme on dit comunément, qu'èlles étoufent ce *Serpent* lorsqu'il eſt encore dans l'*Oeuf*. Je ne voudrois pas néanmoins en faire autant de *Stoïques*, & les rendre inſenſibles, comme ces Ancieus Philoſophes pré-

prétendoient de l'être. Des *Vièrges Fortes* rougiroient d'un pareil Sentiment. Les Paſſions ont leur uſage ; il ne s'agit que de les ſavoir employer : mais il ſufit pour èlles de ſavoir les gouverner, & les modérer.

—— Animum rege qui niſi ſervit
Imperat, hunc frænis, hunc tu compeſce catenis.

Mais comme on pouroit me demander, ſi pour maintenir les Religieuſes en parfaite Santé, les Précèptes ſont tèllement ſufiſans, qu'il ne faille ſe ſervir d'aucun autre Remède. Je répons que la Santé ètant d'une grande *Etendue*; on peut auſſi, ſelon le Tems, & la Nécèſſité, uſer de Remèdes. „Pour ceux, „dit *Hipocrate*, à qui la Saignée, ou la „Purgation ſont nécèſſaires, qu'on les „ſaigne, ou qu'on les purge; Où il faut bien remarquer cette Particule disjonctive, *ou*; car *Hipocrate* ne dit pas, qu'il faille toujours que ces deux grans Remèdes ſoient joins enſemble, comme le croient jusqu'au *ſcrupule* certaines Gens, qui ne feroient jamais

ſaigner une Perſonne, ſi èlle n'avoit été purgée auparavant, ou bien il faut qu'ils la purgent aprês.

Car il y a ſans doute des *Cas*, où la ſeule Saignée eſt nécèſſaire; comme dans la trop grande Abondance de Sang, & la Plénitude d'Humeurs: & d'autres, ou la Purgation ſeule doit être employée; comme dans la *Cacochimie*, ou coruption de ces mêmes Humeurs. Ce n'eſt pas ſeulement dans le Printems, qu'on peut apliquer ces Remèdes; c'eſt auſſi, dans l'Automne: ſurtout pour les Purgations; afin de réparer les *Fautes* qu'on peut avoir faites l'Eté, contre la *Bonté* de ſon Tempèrament, en mangeant avèc trop d'avidité, & en trop grande quantité, ces Fruis qui naiſſent abondamment dans cette Saiſon, & qu'on apèle pour cela *Fruis d'Eté*.

Je pourois faire ce petit Traité bien plus long, & ce que je dirois ne ſeroit peut étre pas moins à propos; je crois néanmoins que ce que je viens de dire eſt ſufiſant, pour *la Conſervation de la Santé des Religieuſes*, & pour les maintenir en état de fournir avèc Honeur la *Carière* qu'èlles ont entrepriſe; de con-

ſomer avèc ſatisfaction d'Eſprit leur *Sacrifice* ; & de remplir avec joye, juſqu'à la Fin, les Obligations d'une Règle à laquèlle èlles ſe ſont ſi *généreuſement* ſoumiſes. Je dis *généreuſement* ; car, en vérité, c'eſt un grand Ouvrage ; & on peut apeler un *Martire* auſſi cruèl qu'il eſt continuèl, la Vie d'une Jeune *Vièrge*, qui ſe dévoue à ces Auſtérités ; & qui s'oblige par Vœu, à la Choſe du Monde la plus dificile ; je veux dire à garder ſa *Virginité*, juſqu'aprês ſa Mort. Car, comme dit tres bien S. *Jérome* ; *Il eſt non ſeulement contre, mais encor au deſſus de la* Nature, *de ne pas faire ce pour quoi èlle eſt née ; de ſe faire mourir èlle même juſque dans ſa* Racine ; *& de ne recueillir jamais que des* Fruis *de Virginité.*

F I N.

LES AVANTAGES DE LA VIE SOBRE.

C'eſt une Vérité conſtante, que l'Habitude dans les Hommes ſe tourne avèc le Tems en Nature, *& en Tempèrament; jusqu'à nous forcer en quèlque manière, à faire ce à quoi nous ſommes accoutumés, ſoit Bien, ſoit Mal. On ne peut disconvenir qu'en beaucoup de choſes l'Habitude ne l'emporte ſur la* Raiſon; *Et l'Expèrience du Monde nous aprend, que celui qui ètoit Honête Homme auparavant, eſt ſouvent devenu par la Fréquentation des Mal-honêtes Gens, un Mal-honête Homme lui même. Il eſt vrai qu'èlle nous aprend auſſi, que de même qu'une bonne Habitude ſe change facilement en mauvaiſe, une mauvaiſe ſe peut coriger en peu de tems, & redevenir bonne; & que celui qui par la Fréquentation des Méchans leur eſt devenu ſemblable, reprend ſes bonnes*

Qualités, *auſſitôt qu'il rentre parmi les Bons; ce qui vient entièrement de la Force de l'Habitude, qui véritablement eſt tres grande.*

Ces Réflèxious m'ont ouvert les Yeux, & découvert notre Italie infèctèe de trois Maus tres dangereux, par la Force de la Coutume; non pas ſeulement dans les Siècles paſsés, mais dans celui-ci, & aujourd'hui. Le Premier, eſt la Flaterie; ou les Complimens de Cour: *Le Second, la Liberté qu'on s'y donne de vivre ſelon les Sens, &* à la Luthèrienne, *quelques Perſonnes prétendent, quoique ſans Fondement, apuyer ſur l'Authorité de la Coutume, & le Dernier, la* Crapule, *& l'Ivrognerie. Ces trois Maus, ou plutôt ces trois* Monſtres *cruéls, & dèſtructeurs de la* Vie Humaine, *ont enfin araché abſolument à la Vie ſa Civile, ſa* Sincérité; *au Coeur, ſa* Religion; *au Corps, ſa* Santé. *Mon Dèſſein eſt donc de parler ici du dernier de ces trois Excês, d'en faire voir les Abus, & le Danger; & d'en aracher, ſi je puis, toutes les* Racines. *Car pour ce qui regarde la Vie* à la Luthèrienne, *& la Flaterie; quèlqae* Plume Ingénieuſe *entreprendra bien-tôt de les confondre;*

&

& ainſi j'eſpère avant que de mourir, de voir ces trois Vices entièrement détruis; & notre Italie revenue à ces anciennes Coutumes ſaintes, & auſtères, qui l'ont rendue autrefois ſi Celèbre.

REMARQUES.

C'eſt avèc beaucoup de Fondement que l'Habitude eſt apelée une autre *Nature*; ſon Pouvoir ètant ſi grand, & ſi étonnant qu'il l'eſt; & ne s'étendant pas ſeulement ſur le Corps, mais auſſi ſur l'Ame, & ſur l'Eſprit. Le Sentiment d'*Hipocrate* eſt aſſés conu au ſujèt des Alimens les plus *Mauvais*, mais auxquêls on eſt acoutumé. Il convient, qu'ils font moins de Mal, que les *Meilleurs* dont on voudroit uſer en leur Place. Car la Fermentation qui eſt, en grande partie, cauſée dans l'Eſtomac par les *rèſtes* des Alimens, diſſout, & digère bien plutôt ceux ſur lesquêls èlle eſt acoutumée d'agir; comme nous le voyons dans certaines Femmes, & particulièrement dans les Filles ataquées de ces *Envies déreglées* de manger de la Craye, ou du Charbon, & à qui on eſt quel-

quefois obligé de le permètre dans une quantité modérée, de peur qu'èlles ne tombent en Syncope. C'eſt ainſi que ceux qui ſont acoutumés au Travail, quoique d'une Complèxion plus foible, en ſont moins incomodés, que ceux qui ſont plus robuſtes, mais qui ne font ordinairement que tres peu d'èxercice; par ce que les Eſprits Animaux prennent un Cours naturèl vers les Parties qui agiſſent, & vers les Muſcles qui ſont en mouvement, comme il paroît dans les Joueurs de Lut, ou de Flûte. Par la même Raiſon d'*Habitude* les Hommes, de bons qu'ils ètoient, deviennent mauvais, & de mauvais redeviennent bons. *Nemo repente malus*, a dit un Satyrique. *Perſonne ne devient tout d'un coup méchant*; & il eſt également vrai, qu'on ne devient pas bon en un Moment. Cepandant, on peut dire qu'il eſt plus ordinaire, & plus aiſé, de devenir méchant, de bon qu'on ètoit, que de devenir bon, après avoir été mécnant. Le Penchant Naturèl que nous avons au Mal eſt la Cauſe qui produit cet Efèt ſi comun, & qui ne paroît mieux en perſone, que dans ceux qui

ont

ont embraſſé quèlque *Inſtitut Religieux*; car quoiqu'ils ayent paſſé une Année prèſqu'entière, & même quèlquefois davantage (ſelon les Ordres) dans la Pratique de l'*Obéiſſance*, & d'une *Vie Sobre*, s'ils viennent, ou par Inconſtance, ou pour d'autres Raiſons, à quiter leur premier Dèſſein, & qu'ils retournent à une *Vie Séculière*, ils reprennent leurs anciennes Mœurs avèc les Habits qu'ils avoient quités en entrant dans la Religion. Mais ce ne ſont pas ſeulement les Hommes qui ſont entrainés par l'Habitude; les Bêtes, les Plantes mêmes, n'en ſont pas èxeintes. On a trouvé de nos Jours le Moyen de ſe faire obéir des Arbres, & de les forcer à nous doner des Fruis dans le Tems que nous le ſouhaitons. Les Poiriers, les Pomiers &c. qui croiſſoient autrefois jusqu'à une hauteur égale à cèlle des autres Arbres, devenus *Nains* aujourd'hui, nous donent, & même nous mètent à la Main, leurs Fruis, dans des Saiſons, où anciennement à peine leur voyoit-on des Fleurs. Que ne diroit pas à préſent *Virgile*, qui ſe vantoit déja de ſon tems, d'avoir obligé par l'aſſi luité de ſon Travail.

Ut quamvis avido parerent arva Colono.

La Terre, & les Moiſſons à prévenir les Souhaits du plus avide Laboureur. Tèlle eſt le Pouvoir de la Coutume, & de l'Habitude en toutes Choſes. *Galien, com. aphor.* 50. 1. *ſect.* fait mention de ſon Livre *De l'Habitude*; mais cet Ouvrage eſt par malheur du Nombre de ceux qui ne ſont pas venus jusqu'à nous. On peut néanmoins lire *Gaſpar à Rejes queſt.* 93. *Camp. Elyſ.* qui raporte pluſieurs Exemples tres curieux ſur ce Sujèt. Notre Excèllent *Auteur* ne pouvoit donc pas mieux comencer ſon Traité *Des Avantages de la Vie Sobre*, qu'en établiſſant d'abord, comme une Vérité conſtante, *La Force de la Coutume*, comme il fait.

Pour Comencer, & entamer la Matière que j'ai entrepris de traiter, je dis d'abord, que la Débauche *eſt d'autant plus pernicieuſe, qu'èlle détruit abſolument la* Sobriété, *& s'élève au deſſus d'èlle pour lui impoſer des* Lois. *Quoique tout le Monde ſâche que la Gourmandiſe eſt la ſource de la Débau-*

bauche, *&* *de la* Crapule; *& que la Tempèrance eſt cèlle de la Vie Sobre, & modérée; Il n'eſt rien néanmoins de plus comun que de voir la* Crapule *& l'Ivrognerie ſur le même Pié d'*Egalité *avec les Choſes honêtes, & recomandables; pendant que la* Sobriété *eſt regardée comme une Choſe* Bâſſe, *& digne de tous nos Mépris. Cela ne vient que de la Force de l'Habitude, que les Sens & la* Concupiſcence *ont introduite, & qui aprês avoir ennivré, & comme* charmé, *les Hommes, jusqu'à leur faire quiter peu à peu le bon Chemin, les pouſſe, pour ainſi dire; dans ces* Sentiés perdus, *qui, ſans qu'ils s'en aperçoivent, les conduiſent à des Infirmités jusqu'alors inconues pour eux; mais qui ſe terminent à une Vieillèſſe, & à une Mort également* Prématurées: *pluſieurs n'ayant pas encor ateint leur quarantième Année qu'ils ſont déja prèsqu'entièrement caſſés. Les Efêts que cauſoit la Sobriété, avant qu'èlle fut banie du Milieu des Hommes, ètoient bien opoſés; puis qu'on en voyoit alors qui jouiſſoient d'une Santé toujours égale jusqu'à l'Age de quatre-vints Ans, & au de là.*

SiècleMalheureux! *n'eſt il pas tems que tu*

s'aperçoives que la Débauche t'enléve tous les Ans plus de Monde que la Pèſte la plus violente, & la plus cruèlle, ou la Guerre la plus furieuſe, & la plus alumée, ne pouroient en conſumer. Que dirai-je de ces Banquêts *ſi indécens, en uſage dans tant de Pays, de ces Feſtins ſi ſomptueux, & en même tems ſi peu ſenſés, qu'on a ſouvent de la peine à trouver des Tables aſſés grandes pour contenir la multitude de Viandes, & de Mêts dont on les charge; & qu'on eſt obligé de bâtir des* Piramides *de Plats, & de les entâſſer les uns ſur autres? Qui eſt l'Homme raiſonable qui peut vivre, & voir ces Excès qui comme autant de* Poiſons violens *portent partout la* Déſtruction, *& la* Mort? *Pour l'Amour de* Dieu! *Que l'on garde donc quèlque Meſure; qu'on retranche ces Abus! Car je ſuis certain que la* Majèſté Divine *ne peut qu'en être grièvement ofencée. Otez cette* Mort *du milieu de vous; & cette* Péſte *inconue a vos Pères, ſi vous voulez éviter les Maus dont vos Corps, & vos Ames ſont également menacés. D'où vient que les Proviſions nécèſſaires à l'Entretien de la Vie ſe feſant par l'Autorité du* Magiſtrat, *la Modération dans*

dans l'uſage qu'on en doit faire, n'eſt èlle pas auſſi prèſcrite par ſes Ordonances; puisque le Bien & la Santé des Citoyens dependent ſi abſolument de cette Modèration.

Ce n'eſt pas qu'il n'y ait des Remèdes particuliers pour détruire la Crapule, *dont chacun ſe peut ſervire chés ſoi. Vivre ſelon la ſimplicité de la* Nature *qui ſe contente de peu; ſe tenir dans les Bornes de la Tempèrance prèscrites par la* Raiſon; *s'acoutumer à ne manger jamais au delà de ce que la Nécèſſité demande; & ſe perſuader, que tout ce qui eſt de plus, n'eſt qu'*Infirmité, *& que* Mort; *ce ſont là autant de Remèdes infaillibles. Nous devons conſidèrer que la Volupté du Goût n'eſt qu'un* Plaiſir d'un Moment; *aulieu que l'Incomodité qu'èlle cauſe, & les chagrins qu'on reçoit de cette Incomodité, aprés avoir duré longtems, tue enfin tout enſemble, & l'Ame, & le Corps. J'ai vu pluſieurs de mes Amis, Gens d'Eſprit & de Mérite, emportés dans la Fleur de leur Age, par cette Pèſte, & cette Fureur de la Débauche; qui, s'ils vivoient, feroient aujourd'hui l'Ornement de leur Siècle, & la Conſola-*

tion

tion d'un Nombre infini de Perſonnes. Pour donc prévenir dans la ſuite de ſi grans Maus ; je tâcherai de faire voir dans cet Ouvrage, que l'Intempèrance eſt un Abus, auquèl on peut aiſément remèdier, par le Moyen d'une Vie Sobre ; *& je l'entreprens d'autant plus volontiers, que pluſieurs Jeunes Gens d'un Mérite èxtraordinaire, m'y ont eux mêmes engagé.*

REMARQUES.

La Débauche, Vice que l'on condanera toujours, & dont on ne ſe défera jamais, eſt avèc beaucoup de Juſtice apelée par notre *Auteur*, une choſe non ſeulement ſemblable à là *Peſte*, mais une *Peſte* èlle même ; puisque non contente d'infècter plus de Pèïs par ſa Contagion, elle tue les Hommes en bien plus grand Nombre. Mais ce qu'il y a de plus triſte, c'eſt que les Perſones d'un Rang médiocre, ſont, pour la plus part, èxems de ſa Fureur, pendant qu'èlle èxerce ſa Cruauté ſur les Perſones plus élevées, pour lesqu'èlles èlle eſt, encor plus que pour les autres,

une

une *Pèſte* véritable. Car ce n'eſt pas dans les Cabanes des Pèïſans, ou les Maiſons ordinaires des Gens de Métier, qu'èlle ſe ſoucie d'habiter; ce ſont les Palais magnifiques des Princes, & des Grands, qu'èlle choiſit conſtament pour ſa Demeure. On entend ordinairement par les mots de *Débauche*, ou *Crapule*, une Intempèrance èxtraordinaire dans le *Boire* ou dans le *Manger*; mais on doit principalement l'entendre de l'Ivrognerie, ou de l'uſage immodéré du Vin; comme il paroît du 5. *Aphor. Sect.* 5. où *Hipocrate* dit que, „ceux qui perdent tout d'un coup la „Parole dans l'*Ivrèſſe* meurent dans les „*Convulſions* à moins que la Fièvre, les „ſaiſiſſant, ne vienne à leur ſecours; ou „qu'ils ne recouvrent la Parole, auſſi-tôt „que les Fumées du Vin ſont abaiſſées. On peut lire auſſi *Galien*, ſur ce Sujèt. D'où vient que les Mèdecins ont inventé leurs *Acrépales*, qui, à ce que dit *Jean Gorræus* dans ſes *Définitions de Mèdecine*, ſont des Remèdes qui empêchent, & qui préviennent l'Ivrèſſe; ou qui la diſſipent, & la guériſſent. On leur donne encor un autre Nom, & on les ap-

apèle *Amétiſtes*; entre lesquèlles pour prévenir, ou diſſiper l'Ivrèſſe, *Gorræus* dont nous venons de parler, recomande fort l'*Abſinte*, avant de ſe mètre à table; comme auſſi les Fleurs de *Mirthe*, de *Myrrhe*, ou de *Rüe* écraſées, ou pilées dans de l'Eau; & aprês le Repas, il recomande l'uſage du Chou, & de la Laitue; de ſentir la Fleur de l'Herbe *Amétiſte*; de ſe faire une Couronne de *Crocus*, ou *Saffran*, ou de branches de l'Arbre qui porte la *Noix Muſcade*, & pluſieurs autres Choſes qui chaſſent, & diſſipent les Vapeurs du Vin. On dit auſſi que la *Pierre d'Amétiſte* a les mêmes Proprietés, & qu'èlle eſt entièrement contraire à l'Ivrèſſe. Ce que raporte Plutarque d'un Mèdecin *lib. p. c. 6. quæſt. conviv.* eſt tres curieux: il dit, que cet Homme lâſſoit tout le Monde à boire, à la Cour de Druſus Fils de Tibère Céſar, & que pour n'être pas ſurpris par le Vin, il avaloit auparavant cinq, ou ſix Amandes amères; ce qui ayant été découvert, on l'empêcha de ſe ſervir de ſon *Sècrèt*, aprês quoi on vit qu'il ne pouvoit pas même réſiſter à la plus petite quantité

de

de Vin. *Etmull. in Schrod. & Morell. De compl. med. p.* 313. recomande les Pilules *Aleophangines* pour empêcher l'Ivrèſſe, *ubi neceſſe eſt ut bene potemus*, dit il, *lorsqu'il eſt néceſſaire que nous buvions beaucoup*; & c'eſt peut-être à cauſe de leur èxtrème Amertume qu'èlles font cet Efet là. Mais ce n'eſt pas ſans Fondement qu'il ajoute, *ubi neceſſe ut bene potemus*; car lorsque quèlcun eſt invité d'une Partie de Plaiſir, où l'on doit boire, s'il accèpte la Propoſition, la Civilité l'oblige de s'y trouver; & alors c'eſt une néccèſſité pour lui de boire plus largement qu'il n'a de coutume, tant pour égayer ſes Eſprits, que pour ſe montrer Homme *de Bonne Compagnie*; étant certain, que dans ces ſortes d'Ocaſions on ſe méſie ordinairement de ceux qui ſont trop ſobres. *La vérité ſe trouve dans le Vin*, dit un Proverbe. Ceux qui ſacrifient volontiers au Père *Bachus* diſent ordinairement tout ce qu'ils ſavent; la Diſſimulation leur eſt inconue; Mais ceux qui boivent avèc trop de Circonſpèction, & qui ne s'abandonent pas ſans réſerve aux Charmes puiſſans de cette Liqueur, ſont généralemeut à

char-

charge à la Compagnie ; on les mépri-
se, on les hait. D'où eſt venu cet an-
cien Proverbe, *Odi memorem compoto-
rem*, Je hais un Buveur qui conſerve de
la Mémoire ; & cet autre mot plus mo-
derne, *Qu'il boive ou qu'il s'en aille.*
C'eſt ainſi que Martial ſe moqua un
jour fort agréablement d'un certain
Procille. Celui-ci ayant un Jour ſoupé
chés le Poëte, & s'ètant réciproque-
ment èxcités à boire ; Martial l'invita
encor à venir ſouper le Lendemain
chés lui. Procille n'ayant pas bu jus-
qu'à perdre la Mémoire de l'Invitation
qui lui avoit été faite, ne manqua pas
de venir le Lendemain à l'Heure mar-
quée ; mais Martial aprés s'être moqué
de lui avèc ce Proverbe, *Odi memorem
compotorem*, le renvoya ſans lui donner à
ſouper. Je n'ai jamais trouvé que les
Remèdes qu'on nomme *Acrépales* faſ-
ſent l'Efèt qu'on s'en promèt. Ce que
je ſai ; c'eſt que quand même ils auroi-
ent la Propriété, ou d'empêcher qu'on ne
put s'ennivrer, ou d'abatre les Fumées
du Vin, & de diſſiper l'Ivreſſe, ils ſont
toujours nuiſibles en ce qu'ils empêchent
que le Vin ne répare les Désordres qu'il

a cauſé ; car, comme on dit ordinairement, *Le Vin guérit le Mal qu'il a fait.*

Ces Jeunes Gens ayant vu leurs Pères, ou leurs Parens, enlevés à la Fleur de leur Age, & me voyant au contraire, arivé à ma quatre-vint unième Année, auſſi ſain, & auſſi robuſte que je le ſuis ; ont ſouhaité de ſuivre mon Exemple, & m'ont prié de leur découvrir l'Art, *& les* Moyens, *dont je me ſuis ſervi, pour me conſerver un ſi long-tems dans une* Santé *ſi parfaite. Pour leur doner la Satisfaction qu'ils atendent de moi, & rendre ſervice en même tems à beaucoup d'autres qui auront le même Deſir, je raporterai les* Raiſons *qui m'ont engagé à quiter la Débauche, & l'Intempèrance, & à mener une* Vie Sobre ; *les* Moyens *dont je me ſuis ſervi pour y parvenir ; & les* Avantages *que cette Conduite m'a procuré. On verra clairement par là, de quèlle facilité il eſt de ſurmonter, & de vaincre le Vice de l'Intempèrance. Enfin je conclurai par les* Fruis, *& les* Avantages *qu'on peut recueillir de la* Vie Sobre, *ſelon l'Expèrience que j'en ai faite.*

R E-

REMARQUES.

Notre *Auteur* apèle ſagement ici la Vieillèſſe, *la meilleure Partie de la Vie*, par ce que l'Homme ètant à cet Age là moins ſujèt aux Paſſions du Corps; eſt plus en état de laiſſer agir la Raiſon, la Prudence, & toutes les autres Vertus. *Sénèque Epiſt.* 59. dit, qu'il y a lieu de douter, ſi la Vieillèſſe eſt la *Lie* de la Vie, ou ſi elle en eſt le plus *clair*, & le plus *Pur*. Pour moi, il me ſemble qu'il eſt aiſé de réſoudre ce Problême, en diſant, que la Vieillèſſe eſt la Matière craſſe, & groſſière, ou la *Lie* de la Vie, pour ceux qui ont paſſé leur Jeuneſſe dans toutes ſortes d'Intèmpèrances, & de Débauches; qui ont fait incèſſamment ſuccèder *Vénus* à *Bachus*, & celui-ci à cèlle là, ſans intermiſſion, ni modèration; mais qu'èlle en eſt le plus *pur*, & le plus *clair*, pour ceux qui ont vècu, ſoit jeunes, ſoit plus avancés en âge, dans la Frugalité, & l'uſage innocent, & moderé, des choſes que la Nature nous ofre. Un certain Philoſophe, à l'Age de cent Ans, ſe plaignoit autrefois de

de ce qu'il lui faloit mourir, lorsqu'il començoit ſeulement à conoître coment il faloit vivre, & ce que c'étoit. Les forces de l'Eſprit, & celles du Corps, ne peuvent pas être dans leur Vigueur naturèlle en même tems ; *non enim efflore ſcit virtus animi, niſi vis corporis deflore ſcat* ; la Vertu de l'Eſprit ne fleurit point, qu'alors que la Force du Corps comence à ſe paſſer, a dit *Platon* ; & le Philoſophe *Héraclite*, ſi connu par ſes Larmes, diſoit ordinairement, que des Yeux ſècs étoient la Marque d'une Ame tres ſage; *Lux ſicca, anima ſapientiſſima.* En èfet les Vieillars, moins ſujêts aux Nécèſſités, & aux Paſſions du Corps, ſont plus propres à contempler les Choſes ſpirituèlles, & ſublimes: d'où eſt venu cet ancien Oracle, *facta juvenum, conſilia ſenum.* La Jeunèſſe doit agir, & la Vieillèſſe conſeiller. Ce qui fit ſans doute dire à *Agamèmnon*, que s'il eut eu ſeulement dix Hommes comme *Neſtor*, il auroit emporté *Troye* en tres peu de tems. Combien voit-on d'Auteurs, qui n'ont écrit que dans leurs èxtrème Vieillèſſe ces èxcèllens Ouvrages qu'ils nous ont laiſſé.

laiſſé. Sophocle par ſon Oedipe, ne mérita-t-'il pas dans cet Age là, les Aplaudiſſement du Téâtre? Cicéron n'écrivit-il pas ſon Traité de la Vieillèſſe dans un Age tres avancé? Et M. Varro n'avoit-il pas 80. Ans lorsqu'il compoſa ſon Traité *De la Vie Champêtre?* Octavius Ferrarius Profeſſeur d'Eloquence dans l'Académie de Padouë, compoſa pluſieurs ſavans Ouvrages à ſoixante & dix Ans paſſés, & fit encore un Diſcours tres éloquent, ſur les Avantages de la Vieillèſſe. Notre *Auteur* a donc raiſon lorsqu'il nous dit, que la Vièilleſſe eſt le plus agréable, & le meilleur Tems de toute la Vie. Car alors, l'Homme délivré des Paſſions, ſachant par èxpèrience, la Vanité, & le *Vuide* qu'il y a dans toutes les choſes de la Vie, voit comme d'un Port aſſuré, les Agitations, les Tempêtes, & les Naufrages, de ceux qui ſont encor ſur cette *Mer Orageuſe*, dont il eſt heureuſement échapé. Mais outre tout cela, l'Etude de la Mèdecine nous aprend, qu'une Vieillèſſe qui ſuccède à une Vie paſſée dans la Sobriété, & dans la Tempèrance, eſt le Fruit le plus agréable, & le plus ſolide, de cette même Vie, à laqu'èlle

qu'èlle èlle ſuccède. Dans cet Age là, le Mouvement du Sang, & des autres Fluides, eſt plus modèré, plus lent, & plus égal, aulieu que dans la Jeuneſſe, il eſt ordinairement impétueux, violent, & rarement le même; & enfin la Bile eſt moins fougueuſe, à cauſe de la Mélancolie qui domine dans un Age avancé. Auſſi voyons nous que les Mélancoliques ſont prèsque tous gens d'Eſprit; par ce que la Mélancolie déſſèchant le Corps, l'Ame raiſonable eſt moins embaraſſée du Poids des Humeurs, & par conſéquent s'élève mieux en haut, pour ainſi dire; & devient plus capable de faire ſes propres Fonctions, qui ſont toutes Spirituelles.

Je dis donc, que les Infirmités que non ſeulement je començois à reſſentir; mais encor, qui avoient déja fait en moi des Progrès tres conſidèrables, furent la première Raiſon qui me fit renoncer à l'Intempèrance à laquèlle je m'ètois prèsqu'entièrement abandonné. Cette Manière de Vie jointe à la Nature foible de mon Tempèrament, (car j'avois naturèllement l'Eſtomac fort froid, & fort humide) m'a-

voit jeté dans plusieurs Maladies; à savoir, un Mal d'Estomac, & tres souvent de Côté; des Ataques de Goute; une petite Fièvre, lente à la vérité, mais près-que contiuuèlle; & une Soif qui ne me quitoit point. Dans un Etat si triste je n'atendois que la Mort, aprés peut-être quèlque tems encor, passé dans les Peines, & les Désagrémens d'une Vie misérable. Cependant me voyant encor aussi éloigné de ma Fin, selon le Cours de la Nature, *que je m'en ètois èfèctivement aproché par mon Intempèrance; aprés avoir employé toute mon Industrie depuis l'Age de trente cinq Ans jusqu'à quarante, & tenté tous les Remèdes possibles, sans aucun èfèt: les Mèdecins me dirent enfin qu'il y en avoit encor un qui me pouroit tirer d'afaire, pourvu que je m'en vouluſſe servir constament, & avèc toute la Patience qu'il demandoit. Que c'étoit la* Tempérance, *& une maniere de Vie reglée; & que ce Remède avoit autant de Force, & de Vertu pour rétablir, & conserver la Santé, que la Débauche, son contraire, en avoit eu pour la corompre, & la détruire; comme je ne l'avois déjà que trop apris par ma prope Expèrience. Car cèlle-là rend, & conserve,*

ſerve ſains, ceux qui ont le Tempèrament le plus Cacochime, *ou qui ſont les plus avancés en Age, aulieu que cèlle-ci abat les plus robuſtes, tue les plus jeunes, & acable les uns, & les autres, de Maladies auſſi longues que dangereuſes. La Raiſon rend ceci palpable; car il eſt certain, que des Cauſes diſèrentes ont des Efèts diſèrens, & que ſouvent* l'Art *corige la* Nature; *comme nous voyons l'Induſtrie du Laboureur rendre fertiles, & abondantes, des Terres auparavant ingrates, & ſtériles. Ils ajoutèrent à cela, que ſi je ne me ſervois promtement de ce Remède, peu de Mois me metroient hors d'ètat de toute guériſon, & peu d'autres au Cercueil. J'écoutai leurs Raiſons, je les goutai, & ayant une Répugnance èxtrème de mourir ſi jeune, acablé d'ailleurs du Poids continuèl de mes Maladies, je me laiſſai perſuader. Je crus aiſément que la* Tempèrance, & l'Intempèrance, *devoient néceſſairement avoir des* Efèts *contraires; je conçus l'Eſpèrance de prolonger mes Jours, & de faire ceſſer mes Douleurs; & je me réſolus enfin, à mener dorènavant une Vie Sobre, & règlée.*

M'ètant donc ſoumis à leurs Ordonances, je vis d'abord qu'il me falloit ne manger, ou ne boire, que de ce qu'on apèle Alimens de Malades, *& encore en petite quantité. Ils m'avoient bien dit les mêmes Choſes auparavant, mais alors je voulois vivre à ma Mode, & ne me ſouciant point du tout de ces ſortes de Nourritures, je ne faiſois rien moins que ce qui m'étoit ordoné là-deſſus. Je mangeois de ce qui flatoit mon Apétit; ſi je ſentois des Ardeurs au dedans de moi, je buvois des meilleurs Vins, & en quantité, & n'endiſois jamais rien à mes Mèdecins, non plus que bien des Malades, qui font aujourd'hui ce que je feſois alors. Mais quand j'eus pris une fois une forte Réſolution, & qu'écoutant la voix de la Raiſon, je vis qu'il n'ètoit pas dificile d'être règlé; & qu'au contraire, il ètoit non ſeulement du* Devoir *de l'Homme, mais encor de ſa* Nature *de ſuivre les Règles de la Tempérance, je m'y adonai tèllement, que je ne m'en ſuis jamais écarté depuis. Par ce Moien, je me vis non ſeulement en peu de Jours ſoulagé; mais, ce qui paroitra peut-être incroiable, en moins d'un An je fus entièrement délivré, & gué-*

ri

ri de toutes mes Infirmités, & de toutes mes Douleurs.

REMARQUES.

Notre *Auteur*, à la maniere des grans Hommes, fait ici une Confèſſion ſincere des Erreurs de ſa Jeunèſſe, & fait voir avèc quèlle Dificulté on ſe réſout ordinairement à paſſer des Délices, & de l'intempérance, à une Vie règlée, & ſobre. Nous liſons quèlque choſe de ſemblable de S. Auguſtin dans le Livre *De ſes Confèſſions*; & nous y voyons pareillement les Combats, & les Anxiétés d'èſprit qu'il ſoufrit, lorsqu'il forma le Dèſſein d'abandoner les Erreurs d'une Vie toute mondaine, & d'embraſſer la vèritable Religion. L'*Auteur* ſe rendant enfin aux Conſeils de ſes Mèdecins qui lui diſoient continuèllement, qu'il n'échapèroit jamais à une Mort auſſi promte, que prématurée, s'il ne règloit ſa Vie, & ne ſe contenoit dans les Bornes de la Tempérance; éprouve tèllement en peu de Jours la Vertu de la Modération dans le *Boire*, & dans le *Manger*, que dans le Cours

d'une Année, il ſe trouve rétabli dans ſa première Santé; & qu'aulieu qu'auparavant il avoit des Foiblèſſes d'Eſtomac continuèlles, des Maus de Reins, une Fièvre qui le conſumoit ſans cèſſe, & même la Goute; il ſe vit entièrement délivré de tous ſes Maus; & ſa Santé auſſi bonne, & auſſi parfaite qu'èlle eût jamais été. Nous avons des Exemples ſans nombre dans prèsque tous les Auteurs, qui prouvent tres bien la grande Vertu de la Modèration dans le *Boire*, & dans le *Manger*, à l'égard des Fluxions goutcuſes. Mais il ſufira ici d'en raporter un que l'on peut lire dans *Gaſp. a Réjes, Camp. Elyſ. Quæſt. Jucund. Quæſt.* 88. & dans le *Collège de Patience de Drexellius*. Cet Exemple eſt d'un nomé *François Pechias*, Homme de Qualité, qui n'ayant vécu pendant l'Eſpace de 19. Ans que de Pain & d'Eau, fut entièrement guéri de la Goute, dont il ètoit extrèmement tourmenté auparavant. L'Hiſtoire eſt triſte mais curieuſe, & digne d'être ſue.

„Cet Homme de Qualité, comme „j'ai dit, Italien, & de l'Age d'envi„ron 50. Ans, voyageant un Jour, „tom-

„ tomba dans les Ambûches que lui avoit
„ drèſſé un certain Marquis qui le haïſ-
„ ſoit à Mort, & fut conduit dans une
„ afreuſe Priſon, auſſi noire, que ſale,
„ & puante; avec Ordre au Valèt qui a-
„ voit Charge de lui, de ne lui doner
„ chaque Jour qu'un petit Morceau de
„ Pain, & un peu d'Eau, afin qu'il ne
„ mourut pas tout d'un coup, mais
„ qu'il ſe ſentit mourir tous les Jours,
„ faute d'une Nouriture ſufiſante. Il
„ rèſta là 19. Ans, toujours traité de
„ même; jusqu'à ce qu'enfin, le Cha-
„ teau ayant été pris par les *François*,
„ on le trouva dans ſa Priſon, avèc une
„ Barbe qui lui tomboit jusqu'à la Cein-
„ ture, & des Habits tout déchirés;
„ reſſemblant plutôt à un *Spèctre*, qu'à
„ un Homme. Il fut retiré delà, com-
„ me d'un Sépulchre, & remis en Li-
„ berté; mais dans un Etat bien diſé-
„ rent, quant à la Santé, de celui au-
„ quèl il y ètoit entré: car il ètoit en-
„ tièremeut guéri de ſa Goute, & de
„ toute autre Maladie. Il retourna chés
„ lui, ou il étona tous ceux qui l'a-
„ voient autrefois conu, & qui le voy-
„ oient alors, l'Epée au Côté, mar-

„ chant d'un Pas aſſuré, & ſans aucun „ reſſentiment de ſes Maus paſſés; ſur- „ tout de ſa Goute; aulieu qu'ils l'a- „ voient vu auparavant pouvoir à peine „ marcher, même avec l'Aide d'un Bâton. „ Tant lui fit de Bien la Sobriété dans le „ *Boire*, & dans le *Manger*, qu'il avoit „ obſervée, quoique c'eût été, comme on „ le peut croire, abſolument malgré lui.

La Raiſon donc, & l'Expèrience, plaident ici en faveur de la Tempèrance, & on ne ſauroit aſſés s'étoner, coment il s'eſt encor pu trouver un *Spero Speronius*, qui ècrivit une Lètre à notre *Auteur* dans laquèlle, par pluſieurs Argumens, fins à la Vérité, & trés ingenieux, mais ſans ſolidité, il tâche de renverſer, & de condaner toute Manière de Vie ſobre, & règlée.

Me voyant parfaitement guèri, je fis des Réflèxions ſur les èxcèllentes Propriétés de la Tempèrance, & je me dis à moi méme; ſi la Sobriété a eu le Pouvoir de chaſſer tous mes Maux, quèlques grands, & dèsèspèrés qu'ils fuſſent, & de me rendre la Santé; il faut ſans doute qu'elle l'ait encore bien davantage de conſerver

cette

cette même Santé, fortifier mon Eſtomac foible, & rendre tout mon Tempèrament meilleur. Je me mis à èxaminer les Alimens qui etoient les plus propres à ſeconder mes Dèſſeins, & ceux qui y ètoient contraires; & je réſolus d'éprouver ſi ceux qui plaiſoient le plus à mon Goût, *ètoient ceux qui me faiſoient le plus de Bien, ou le plus de Mal; & ſi le Proverbe dont les Débauchés ſe parent ordinairement, à ſavoir,* „*Que ce qui plaît au* „Goût, *eſt Sain, & produit une bonne* „*Nouriture; ètoit conforme à la* Vérité.

L'Expèrience me convainquit bientôt de ſa Fauſſeté, car les Vins forts, mis à la Glace, ètoient mes Délices; les Melons, & autres Fruits; les Salades, les Poiſſon, les Viandes Noires, *cèlle de Porc, & autres; les Légumes, les Patiſſeries, &c. tout cela plaiſoit èxtrèmement a mon Goût, & cepandant tout cela me feſoit mal. Je ne l'eus pas plutôt éprouvé, que je m'abſtins de ces ſortes d'Alimens, je laiſſai-là les Vins forts; je ne bus plus frais; J'uſai d'un Vin qui s'acomodoit avèc mon Eſtomac, & dans une quantité ſeulement proportionné à la Coction qui s'en devoit faire. Je fis de même à l'égard*

des Choſes à manger; règlant tout enſemble la Quantité, *& la* Qualité, *ſelon la Force de mon Eſtomac; & m'acoutumant ſurtout à ne jamais tèllement me raſſaſier à Table, que je ne puſſe plus, ni boire, ni manger, mais, qu'au contraire, lorsque j'en ſortois, j'euſſe fort bien pu faire encor l'un, & l'autre; mais j'aimois mieux me conformer à cet* Aphoriſme *auſſi comun que peu ſuivi*; Se non ſatiari cibis, ſtudium eſſe ſanitatis; „*C'eſt a-*
„*voir ſoin de ſa Santé, que de ne pas ſe*
„*remplir de Viandes.*

C'eſt ainſi que, renonçant abſolument à Intempèrance, je m'atachai aux Règles de la Modèration, & de la Sobriété; & ce fut par là que je parvins, comme j'ai déja dit, à être abſolument délivré de toutes mes Maladies en moins d'un An, quoique je les euſſe gardées ſi long-tems, qu'elles en ètoient devenues comme incurables. Et ce qui eſt encor plus, je ne rétombai pas davantage dans mes Maladies annuèlles, comme je faiſois auparavant, lorsque je me livrois entièrement aux Sens, *& à* l'Apétit. *Depuis ce tems là, j'ai toujours joui d'une Santé égale, & parfaite, jusqu'à préſent; parce que je ne me*

ſuis

ſuis jamais depuis écarté des Règles que je me prèscrivis alors. Ainſi les Alimens, pris dans une quantité proportionnée, comuniquent au Corps la Force qu'ils ont, & le ſuperflu s'enva ſans aucune dificulté; parce qu'il ne s'engendre point de mauvaiſes Humeurs dans le Corps, qui puiſſent leur faire obſtacle. J'ai joint à cette Maniere de Vie une égale Précaution, contre toutes les autres Choſes qui pouvoient nuire à ma Santé; comme ſont, une trop grande Chaleur, un Froid èxcèſſif, trop de Fatigue, les Veilles, & ſurtout, l'Exces dans l'uſage des Femmes. *J'ai eu Soin outre cela, que l'Endroit où je demeurois fût dans un Air ſain; & je me ſuis toujours gardè des Ardeurs du Soleil, & des mauvais Vens. Car quoique, la Santé conſiſte principalement dans l'uſage modèrè des Alimens, j'ai néanmoins éprouvé que toutes ces autres Choſes dont je viens de parler, y contribuent auſſi beaucoup.*

REMARQUES.

L'*Auteur* me permètra ici de ne pas tout-à-fait aprouver ce qu'il dit, lorsqu'il aſſure que ce Proverbe, *Quod ſapit nutrit*, eſt faus; câr quoique tres ſouvent il arrive, que ce qui plaît au Goût, cauſe du Dérangement dans l'Eſtomac, & produit plutôt de mauvaiſes Humeurs, qu'une bonne Nouriture; je crois neanmoins qu'on doit plutôt atribuer ces mauvais Efèts à l'Intempèrance, qu'à toute autre Cauſe. Car premièrement, il eſt aſſés dificile de ſe modèrer, & de ne pas boire, ou manger avec une ſorte d'Excês de ce qui flate agréablement le Palais; & non-ſeulement en cas d'Alimens, mais auſſi en ce qui regarde tout autre ſatisfaction des Sens. Par èxemple, dans l'uſage des *Femmes*, où il dit qu'il conſerva toujours une heureuſe Modèration; conformément à ce qu'en dit Celſus, *ſi rarum ſit, corpus excitat, ſi frequens diſſolvit*; „pris avec ſobrieté, il r'ani-„me le Corps, & le rend plus propre „à ſes autres Fonctions naturèlles; „mais

„ mais auſſi ſi on donne dans l'Excês, il „ eſt ſeul capable de l'afoiblir extrême- „ ment, & même de le ruiner tout-à-fait. Ce n'eſt pas en vain que la Nature a doné à la Langue, & au Palais une Senſation ſi fine, & ſi èxquiſe, que par le Moyen de ces Organes qui forment celùi du Goût, non ſeulement les Hommes, mais les Bêtes, peuvent d'abord conoître ce qui leùr eſt bon, ou ce qui peut leur nuire. *Galien* dit dans pluſieurs Endroits ; „ qu'on peut par le „ Moyen du Goût, & de l'Odorat, „ conoitre les Vertus, & les Proprietés „ des Plantes : Et nous remarquons avèc ce Plaiſir que donne la Conoiſſance des Choſes naturèlles que ſi on préſente à un Beuf, à un Cheval, ou à quèlqu'autre ſemblable Animal, une Poignée d'Herbe, ou de Foin, où il y ait ſeulement un Brin de quèlque Plante qui ne leur convienne pas, ils le diſtinguent d'abord par l'Odorat, & s'en éloignent ſans y toucher. Nous voyons en nous mêmes, que ſi nous portons au Nés certaines Choſes qui ont une Odeur trop forte, ou que nous en mètions dans la Bouche d'autres qui ont

trop d'Aigreur, ou d'Amertume, notre Eſtomac ſe ſoulève, & par un renverſement de Fibres, fait voir une Répugnance qui va juſqu'à l'Envie de vomir. J'entens toutefois ceci des Perſones ſaines; car pour cèlles qui ſont malades, les Choſes les plus agréables, & les plus douces, les dégoutent; & rien ne leur fait plus de Plaiſir, que ce qui leur eſt contraire: ce qui eſt l'Efèt d'une Fermentation vîciée dans les Parties digérantes, & ſurtout dans le Ventricule. Il faut donc garder des Meſures dans l'uſage des Choſes qui flattent le Goût, & prendre toujours la Modèration pour Règle. Ce n'eſt pas qu'il n'y ait des Choſes qui plaiſent, & qui néanmoins nouriſſent tres peu, ou point du tout; & même quèlquefois ſont capables de faire bien du Mal. Tels ſont les *Champignons*, que *Pline* apèle un *Poiſon agréable*, & qui ont ſouvent été ſi funèſtes à des Familles entières, & changé en Deuil la Joye des Fèſtins les plus pompeux. Mais on peut dire la plus part du tems, que tout ce qui, dans les Hommes, eſt agréable au Goût, eſt bien reçu de l'Eſto-

l'Eſtomac, lui fait du bien, & le fortifie. Par èxemple, en Eté, les *Acides* que l'on ſouhaite avèc tant d'Ardeur, rèveillent en èfèt les *Acides* du Ventricule, que la Bile, alors dominante, tient comme aſſoupis. Pendant l'Hiver au contraire, les Aromatiques doux, & les Vins purs, tempèrent l'Aigreur de la Fermentation qui eſt alors trop grande, & lui donent le Dégré de Douceur qui lui eſt nécèſſaire.

Mais il ne faut pas ſeulement que ceux qui veulent ſe bien porter, & vivre long-tems, ſe tiennent dans les Bornes ds la Modèration, quant au *Boire*, & au *Manger*, il y a encor bien d'autres Choſes auxquèlles ils doivent prendre garde; par èxemple, trop d'Exercice, un Lieu, ou un Air malſain, les Vens, l'Ardeur du Soleil, &c. de tous lesquêls il n'eſt pas dificile à un Homme libre de ſe défendre, ſelon notre *Auteur*. Surtout, il eſt tres important d'èxaminer la Tempèrature de l'Air dans lequèl on doit fixer ſa Demeure, pour y paſſer la plus grande partie de ſa Vie. L'Air

de

de *Béotie* avoit autrefois là-deſſus un tres mauvais Renom, mais celui de *Crotone* paſſoit pour être tres ſain, d'où vînt le Proverbe, *plus ſain que Crotone.* Car ou l'Air eſt plus pur, là les Hommes doivent auſſi vivre plus long-tems; puisque l'Air n'agit pas ſeulement ſur la Peau, mais qu'il pènètre même jusqu'à nos Entrailles : ce qui a fait dire à Hipocrate *Lib. de Flat.* „ que l'Air „ eſt le Maître, & le Dirècteur, de tout „ ce qui arrive dans nos Corps. L'Exercice a deux Propriétés contraires; s'il eſt pris Modèrément, il nourit, & entretient le Corps; s'il eſt trop Violent, il l'afoiblit, & le caſſe. *Celſus* a dit la même Choſe des *Frixions.* Quant au Vent ce n'eſt rien autre Choſe qu'une Agitation violente de l'Air de la *Mer*; c'eſt pourquoi, il n'y a point de Vent, que toute la Maſſe des *Humeurs*, de notre *Monde tèrèſtre*, ne ſoit agitée çà & là, & *Sens deſſus deſſous.* Pour ce qui eſt de l'Ardeur du Soleil, èlle eſt èxtrèmement nuiſible à tout le Corps; mais particulièrement à la Tête, ſurtout en Eté. Ainſi nous devons bien faire atention à cette Sentence d'Hipocrate,

crate; *Æstate lentè ambulandum, præterquam ad solem*; „Il faut marcher dou„cement en Eté, à moins que ce ne „soit au Soleil. La Raison en est palpable; parce qu'en agitant l'Air, & confondant les Parties qui nous environent, les Rayons du Soleil suivent la même Agitation, & nous pènètrent bien moins.

Je me suis aussi tenu sur mes gardes, autant que je l'ai pu, contre la Haine, la Mèlancolie, & les autres Passions de l'Ame, qui ont tant de Pouvoir sur nos Corps. Il est bien vrai que malgré toutes mes Précautions je n'ai pu éviter de tomber dans quèlques unes; mais l'Expèrience m'apprit bientôt, qu'elles n'avoient pas grand èfèt sur moi; & qu'èlles ne pouvoient pas faire grand mal à des Corps, qui sont bien disposés d'ailleurs; & que la Sobriété dans le Boire, *& dans le* Manger, *a rendu comme inébranlables. De sorte que je puis dire avèc vérité, que ceux qui ont su se modèrer, quant à ces deux Choses qui entrent dans le Corps par la Bouche, se sont mis heureusement en Etat de ne recevoir aucune Incomodité des Passions de l'Ame.*

l'Ame. Je m'apuye ici de l'Autorité de Galien *qui dit*, „*que tous les autres In-*
„*convéniens, tels que ſont l'Ardeur du*
„*Soleil, le Froid, le Vent, la Fatigue &c. lui*
„*firent tres peu de mal; parce qu'à l'égard*
„*de ces deux Choſes qui entrent par la Bou-*
„*che, à ſavoir, le* Boire, *& le* Manger; *il*
„*s'étoit toujours tenu dans une due Modè-*
„*ration; de ſorte qu'il n'avoit jamais eu*
„*qu'une ſeule Maladie d'un jour, cauſée*
„*par les autres précédentes Incomodités.*
L'Expèrience me rendit bientôt certain de
cette Vérité; & pluſieurs Perſones qui
m'ont conu peuvent en rendre encor un
fidèl Témoignage. J'ai ſouvent enduré le
Froid, le Chaud, & d'autres pareilles
Incomodités. Je n'ai pas même été èx-
emt de pluſieurs Chagrins aſſés ſenſibles,
ſans néanmoins en recevoir aucun Mal
conſidèrable; quoiqu'en même tems, ces
mêmes Chagrins en fiſſent beaucoup à d'au-
tres Perſones qui ne vivoient pas, com-
me moi, ſelon les Règles de la Tempèran-
ce. Mon Frère, par èxemple, & quèlques
autres de mes Parens, voyant que des Gens
puiſſans m'avoient intenté un Procès tres
fâcheux, craignirent ſi fort ponr ma San-
té, & même pour ma Vie, qu'ils furent

eux

eux mêmes ataqués d'une tèlle mélancolie, qui eſt une Humeur aſſés abondante dans ceux qui ne ſuivent point les Règles de la Tempèrance; que cette Maladie, contractant enfin une ſorte de Malignité inſurmontable, leur cauſa une Mort tout-à-fait prématurée. *Et moi, que la Choſe touchoit infiniment de plus prés, je n'en reçus pas la moindre Incomodité: par ce que cette Humeur ne ſe trouvoit en moi dans aucun Dégré ſuperflu. De plus, pour m'encourager moi même à ſuporter ces Chagrins domèſtiques je m'éforçois de me perſuader que la* Divine Providence *avoit permis ce Procés, pour me faire conoitre qu'èlle ètoit la Puiſſance de la* Sobriété, *tant ſur les Corps, que ſur les Eſprits; & qu'enfin j'en ſortirois victorieux, comme en èfèt, il ariva peu aprés. Car je gagnai ma Cauſe avèc Honeur, & à l'Avantage de mes Afaires domeſtiques; ce qui me Cauſa un autre* Excês *de Joye; mais qui ne fut pas plus capable de me déranger, que l'avoit été auparavant* l'Excês *de Triſtèſſe, où ce Procês m'avoit jeté. Il eſt donc aiſé de conclure de tout ceci, que ni la Mélancolie, ni aucune autre Paſſion*

de

de l'Ame, n'eſt capable d'ébranler, ou de déranger, le moins du Monde, un Corps acoutumé à une Vie Sobre, & à la Tempèrance.

REMARQUES.

On peut aiſément comprendre quèl eſt le Pouvoir des Paſſions de l'Ame ſur les Corps; tèlles que ſont l'Amour, la Haine, la Crainte, l'Eſpèrance, la Colère, une Joye ſoudaine, & autres de pareil Genre; de ce qu'èlles paroiſſent auſſi-tôt dans leur propres Couleurs ſur le Viſage; & on peut lire là-deſſus *Chambræus, Lib. de paſſ. Char.* Il y a auſſi dans les autres Auteurs aſſés d'Hiſtoires de Perſonnes mortes ſubitement par des Mouvèmens violens de Colère, de Frayeur, ou de Joye imprévue. On a vu des Philoſophes parmi les Anciens, qui ont prétendu à l'*Apathie*, ou *l'Inſenſibilité Morale*, comme les *Stoïques*; & qui s'afermiſſoient tèllement l'Eſprit, & le Courage, contre toutes ſortes d'Evènemens, que rien de tout ce qui pouvoit ariver quoiqu'entièrement imprévu, n'ètoit capable de les émouvoir. C'ètoit

C'ètoit ainſi qu'*Anacharſis*, pendant qu'on le broyoit tout vivant dans un Mortier, diſoit à ſes Boureaus ſans ſe troubler, „vous broyez le Corps, mais „non pas l'Eſprit; *Corpus, non animum „tundis.* Les *Epicuriens* tout amateurs qu'ils ètoient de la Volupté, jusqu'à ſe diſtinguer par leur *Inaction*, & leur *Indolence*; toutes les fois que quèlque Douleur les ſaiſiſſoit n'avoient, au raport de *Ciceron*, *De finibus bonorum*; que cette Sentence dans la Bouche, pour toute Conſolation; *Dolor, ſi magnus, brevis, ſi longus, levis.* „Si la Douleur „eſt grande, elle eſt courte, ſi elle eſt „longue, elle eſt lègère. C'eſt là-deſſus que *Sènèque* a également condané les Railleries continuèlles de *Démocrite*, & les Larmes intariſſables *d'Héraclite*, *Alienis malis, torqueri*, dit *Sènèque*, *æterna miſeria eſt*; *aliorum mala videre, inhumanitas eſt*; „Prendre ſur ſoi les „Maus des autres, pour s'en tourmen„ter, c'eſt vivre dans une Miſère con„tinuèlle, mais il eſt inhumain de s'en „moquer. Il faut donc éviter ces deux Extrémités, & ſe tenir dans un juſte Milieu, non ſeulement en ce qui regar-

de

de les autres, mais par raport à ſes propres Maus; ſoit qu'ils touchent l'Ame, ou le Corps. Ce qui eſt encor le Sentiment de *Sènèque*, dans ſa *Conſolation à Polibe*; *Nam & mala ſua*, dit-il, *non ſentire, non eſt hominis, & non ferre non eſt viri*; „Ne pas ſentir ſes Maus, c'eſt „n'être pas Homme; & ne les pas ſu„porter, c'eſt manquer de Courage. Il faut donc uſer de Tempèrament dans le Gouvernement de ſes Paſſions, de peur qu'èlles ne ruinent, ou même blèſſent le moins du Monde la Santé. Notre *Auteur* remarque fort ſagement à ce Sujet, que ceux qui vivent ſobrement, ſont bien moins ſujêts aux Efêts pernicieux des Agitations violentes de l'Ame, dans le Tèms que les Paſſions y ſont excitées, que ceux qui ont toujours vècu dans les Délices d'une *Table* ſplendide, & ſomptueuſe. Il l'avoit éprouvé lui même; & il avoit vu mourir ſon Frère, du même Chagrin dont il avoit à peine reſſenti aucun Efèt; quoi qu'il cût du être tout pour lui, puisque le Procês le regardoit ſeul. D'où il conclut, qu'il en a l'Obligation à la ſeule Vie ſobre, & modèrée,

à laquèlle il s'ètoit acoutumé depuis long-tems.

Je dis de plus, que même les Chûtes, & les Contuſions, qui cauſent ſouvent aux autres, ou la Mort, ou de groſſes Maladies, ne ſont que tres peu d'Efèt ſur des Corps ainſi règlés par la Tempèrance. Je l'ai auſſi èxpèrimenté à l'Age de plus de 70. Ans. Un Jour le Caroſſe dans lequèl j'ètois, & qui rouloit aſſés vîte, vint à verſer; & dans cet Etat fut emporté un aſſés long Eſpace de Chemin, par l'Ardeur des Chevaus qu'on ne pouvoit arèter. Je fus non ſeulement tres blèſſé à la Tête, & par tout le Corps, mais j'eus outre cela une Jambe, & un Bras démis. Ayant été raporté à mon Logis, & les Mèdecins me voyant ſi mal-traité, conclurent que je ne vivrois pas trois Jours; néanmoins, que l'on pouvoit, à tout hazard, apliquer les deux Remèdes ordinaires en pareil Cas, je veux dire la Saignée, *& des* Purgatifs *propres à faire évacuer les Humeurs; afin d'aller au devant, tant de l'Afluence de ces Humeurs, que de l'Inflamation, & de la Fièvre que l'on croyoit certainement devoir ſuivre un pareil*

reil Accident. Moi, au contraire, conoiſſant mon Tempèramment, & la Manière de Vie que j'avois menée depuis tant d'Années, & ſachant que j'avois tèllement fixé, & tempèré dans moi ces Humeurs, qu'èlles ne pouvoient pas être capables d'une grande Agitation, ou cauſer une grande Aflaence; je m'opoſai à l'un, & à l'autre; & je les priai ſeulement de remètre les Membres disloqués dans leur ſituation naturélle, d'oindre les Parties blèſſées des Huiles, ou Onguens convenables, & de laiſſer faire le Rèſte à la Nature. *Je fus ainſi parfaitement guèri; & ce qui parut une Eſpèce de Miracle aux Mèdecins, je n'eus pas la Moindre Incomodité d'ailleurs, & ne ſouffris aucune Altèration conſidèrable. D'où je conclus encor que ceux qui ſuivent les Règles de la* Tempèrance, *& qui mènent une Vie ſobre & modèrée, ſont tres peu ſenſibles aux Efêts de quèlqu'autre Incomodité que ce ſoit, qui vienne d'ailleurs.*

REMARQUES.

Le Cas dans lequèl s'eſt trouvé notre *Auteur*, peut être d'un grand Uſa-

ge

ge à un Mèdecin, pour la Pratique de ſon Art. „ Des chevaux prennent le „ Mors aux Dens, emportent avèc Fu- „ reur ſon Caroſſe, & le renverſent. Il a „ par cet Accident ſiniſtre, à l'Age de „ 70. Ans, la Tête blèſſée en pluſieurs „ Endroits, une Bras disloqué, une Jam- „ be démiſe ; les Mèdecins ordonent „ la *Saignée*, qu'il refuſe, & il eſt par- „ faitement guèri ; on ne ſauroit trop „ admirer un pareil Evènement. C'eſt une Choſe en èfet, dans laquèlle la plus-part des Mèdecins pèchent tres ſouvent, d'ordoner la *Saignée* pour les Blèſſures, les Dislocations, ou la Fracture de quèlque Os, ocaſionées par quèlque Chute ; & cela avèc un ſi grand *Scrupule*, qu'ils croiroient avoir comis une Faute conſidèrable, s'ils avoient omis de comencer d'abord parlà, aulieu que ſi l'Os démis, ou rompu, eſt promtement remis à ſa Place ; qu'on y ajoute les Ligatures convenables ; & que le Malade ſe porte bien d'ailleurs : ſurtout ſi on ſait qu'il mène une Vie Sobre, & règlée par la Tempèrance ; un Mèdecin prudent peut & doit omètre la *Saignée*. *L'Auteur* a tres

bien fait de s'opoſer en cela à ſes Mèdecins; puiſqu'il ſe conoiſſoit, & ſavoit de quèlle Manière il vivoit ordinairement; & par conſéquent, ètant tres certain, qu'il n'y avoit dans ſon Corps, ni trop de Sang, ni des Humeurs trop *peccantes*; ou, comme dit la Mèdecine, ni *Plétorie*, ni *Cacochimie*. Il importe donc beaucoup que celui qui reçoit une Playe, ou une Blèſſure, de quèlque Cauſe èxtèrieure; comme d'une Chute, une Dislocation de Jointnres; &c. ſoit parfaitement ſain d'ailleurs, & qu'il ne ſoit pas rempli d'Humeurs faciles à s'émouvoir, & à ſe déranger; car il arive ſouvent, que l'un meure d'une petite Playe, pendant que l'autre guèrit d'une grande: ſce qui ne ſe peut atribuer qu'au mauvais Etat du *Dedans* dans le Premier; & à une Diſpoſition contraire, & èxcèllente dans le Second. Cet endroit-ci d'Hipocrate eſt tres digne de Remarque, 5. *Epid.* „ *Nèrée* avoit une tres belle Fille, qui „ badinant un Jour avec une autre jeu„ ne Fille de ſes Amies, reçut d'èlle un „ Coup au Front, du plat de ſa Main; „ élle fut d'abord priſe d'un Vertige,

„ &

„ & perdit entièrement la Conoiſſance, „ enſuite ayant été raportée à ſa Maiſon, „ èlle fut ſaiſie d'une Fièvre violente, „ ſa Tête lui faiſoit èxtrèmement mal, „ ſon Viſage devint fort rouge, & en- „ fin èlle mourut le neuviême Jour. On peut lire là-deſſus *le Comentaire de Valleſius*. Quant à ceux qui meurent d'une Playe, ou de quèlque Contuſion tres lègère; *Hipocrate* en parle ainſi dans ſon Livre *De Cap. Vuln. His mors non contingit ſecundum juſtitiam, ſi contingat*, „ à ceux là, dit-il, lorsque la Mort leur „ arive, c'eſt contre toute ſorte de „ Raiſon. C'eſt-à-dire, ce n'eſt pas une tèlle Playe, ou Contuſion, mais c'eſt le mauvais état du *Dedans*, qui leur cauſe la Mort; & l'on ne doit en aucune Manière acuſer d'Homicide, ceux qui ont fait une tèlle Playe, ou qui ſont les Auteurs d'un pareil Accident. On doit lire ſur ce ſujet *Paul Zachie, in Quæſt. Medico-legal.*

Je conus auſſi par èxpèrience, qu'il n'eſt pas aiſé, du moins ſans s'incomoder beaucoup, de rompre l'Habitude que l'on a priſe une fois, de ſuivre une Ma-

nière de Vie règlée & ſobre. Il y a quatre Ans déja, (car j'avois 78. Ans lorsque cela arriva) que je me laiſſai vaincre aux Importunités des Mèdecins, jointes à cèlles de quèlques Perſones de ma propre Famille, & que j'ajoutai enfin quèlque choſe à la Quantité ordinaire d'Alimens que je prenois. Ils m'aléguoient pluſieurs Raiſons, pour me perſuader que la Vieillèſſe ne pouvoit ſe ſoutenir avèc ſi peu de Nouriture, & qu'il ne faloit pas ſeulement s'étudier à maintenir la Nature, il lui faloit encor doner quèlque Force, & quèlque Vigueur, qui ne pouvoit venir que des Alimens. Moi au contraire, je répliquois que la Nature ſe contente de peu, que je m'ètois déja conſervé pluſieurs Années dans une Santé parfaite par le Moyen de la Vie que je menois; que cette Habitude ètoit déja tournée en Nature chés moi; qu'il ètoit même raiſonnable de penſer, que plus les Années augmentoient en nombre, & plus les Forces diminuoient par conſéquent, plus auſſi falloit-il diminuer la Quantité d'Alimens, aulieu de l'augmenter: afin de proportioner toujours l'Agent au Patient: outre qu'enfin mon Eſtomac devenoit tous les jours plus foible. J'aléguois là-deſſus

deux

deux Proverbes Italiens qui feſoient entièrement pour moi. L'un ; que ; Qui veut manger beaucoup *(Long-tems)* doit manger peu ; *par ce qu'en mangeant peu il prolonge ſa* Vie. *Et l'autre ;* Ces alimens la font plus de Bien, qui ne ſont pas encor mangés, que ceux qui le ſont déja. *Par où l'on inſinue ; Que le* Mal *qu'on reçoit de l'Excès du* Boire, *& du* Manger, *eſt bien plus grand, que n'eſt même le* Bien *que feroit la Modération qu'on y garderoit. Mais tout cela ne ſervit de rien, & ne put me défendre de leur Perſécution ; je fus obligé d'y ſuccomber.*

REMARQUES.

J'aprouve entièrement, que dans le Cours d'une Maladie, on obſerve un èxact Régime de Vie, ſurtout ſi èlle eſt aigüe ; & je crois facilement qu'il peut ariver de facheux Inconvéniens de l'Augmentation, ou de la Diminution des Alimens ; quand ce ne ſeroit même que de quèlques Onces. De même dans un Etat mitoyen, ou neutre ; c'eſt à dire, lorsqu'on n'eſt ni ſain, ni ma-

lade; mais qu'on ſe trouve comme dans un certain Equilibre; il eſt aiſé d'ôter cet Equilibre par quèlque Excês dans la Nouriture, & ainſi de tomber malade. Mais il eſt dur, & c'eſt être trop ſèvère, de prèſcrire de pareilles Règles à des Perſones qui jouiſſent d'une Santé parfaite; ce n'eſt pas même un Bien pour le Public. Que l'on oblige à cela les Vieillars, aprês qu'ils auront eu paſſé la meilleure Partie de leur Vie au Service de la République : mais il n'eſt pas juſte de comprendre dans ces Obſervations les jeunes Gens, ou ceux que le Rang, ou la Naiſſance, èlève audeſſus des Autres, lorsqu'ils ſont parfaitement ſains & robuſtes. Coment pouront-ils ſervir leur Prince, & leur Patrie, ſoit dans les Armées, ſoit dans les Ambaſſades, où il faut endurer la Fatigue des Voyages; ou même dans les autres Fonctions de la Vie civile? Coment un Mèdecin poura-t-il viſiter tous les Jours ſes Malades? Coment un Avocat qui ſe conſacre entièrement aux Fonctions de ſa Charge,

Ad

Ad galli cantum, conſultor ubi oſtia pulſat;

ſe lévera-t-il pour répondre à ceux qui le viennent conſulter dès que le *Coq* chante? Toutes ces difèrentes Perſones peuvent-èlles aquerir les Forces nécèſſaires à l'acquit de leurs Fonctions, en ſe conformant avèc une pareille Exactitude, aux Lois auſtères de ne prendre des Alimens que *par Reglès, & par Compas. Celſus* a tres bien dit, *Qui ſanus & ſua ſpontis eſt, nullis ſe debet obligare legibus.* Laiſſons donc les Convalèſcens, & encore plus ceux qui ſont actuèllement ataqués de Maladies aigües, ſuivre ce Régime; obſerver ces Précautions, & ne boire, & ne manger qu'avèc *Nombres, Poids, & Meſures*, comme on dit: mais ne tourmentons point avèc de pareilles Règles, ceux qui ſe portent bien. Hipocrate raconte une Hiſtoire à ce ſujet, qui eſt auſſi courte que curieuſe, 3. 1. *Epid.* „La fille „de *Philon*, dit-il, s'émancipa de ſou„per le ſoir avant d'être entièrement „guèrie, èlle retomba, & mourut. *Fi„lia Philonis intempeſtivè cænavit, mor„tua eſt.* Et nous remarquons que les

Chirurgiens qui penſent une Playe, connoiſſent tres bien, par la plus grande quantité de *Matière* qui en ſort, lorsque le Malade a fait quelque Excès, & s'eſt écarté du Régime qu'il lui avoit prèſcrit.

Pour ne pas paroitre trop obſtiné, & pour obliger mes Amis en même tems, je cèdai enfin, & je permis que l'on augmentât la Quantitè *de Nouriture que je prenois; mais ſeulement de* deux Onces. *Ma Meſure ordinaire, ſoit de Pain, de Jaunes d'Oeufs, de Viande, ou d'autre Mêts, ètoit de* douze Onces *juſtes, je la fis monter à* quatorze; *& pour le* Boire *qui ètoit de* quatorze, *je le laiſſai mètre à* ſeize. *Mais cette Augmentation, au bout de* dix Jours, *fit un tèl Effet ſur moi, que de* Joyeux *& de* Gai *que j'ètois, je devins* ſombre, mélancolique, & de tres mauvaiſe humeur. *Rien ne me plaiſoit, tout me fâchoit; & fort ſouvent je ne ſavois ce que je diſois, ni ce que je feſois. Le* douzieme *une Douleur de Côtê me ſaiſit qui me dura* 22 Heures, *& qui fut ſuivie d'une Fièvre tres violente qui continua* 35. Jours, *& autant de Nuits; quoiqu'à*

qu'à la Vérité dès le quinzième *èlle alla toujours en diminuant. Ajoutez à cela que je ne pouvois dormir de toute la Nuit, pas même un quart d'Heure ; ce qui fit croire à tout le Monde que je n'en reviendrois jamais. Cependant, par la Grace de Dieu, je me guèris avec mon ancienne* Manière de Vie *que je repris ; quoique je fus alors dans ma* 79.*me* Année ; *que ce fut l'*Hyver, *qu'il fit tres* Froid, *& que mon Corps fût d'une* Maigreur èxtrème. *Je ne doute donc nullement, qu'apres* Dieu, *je ne doive le Rétabliſſement de ma Santé à ce* Régime de Vie *ſi èxact que j'avois obſervé pendant tant d'Années, durant lesquèls je n'avois jamais été malade : ſi l'on en èxcèpte quèlques petites Indiſpoſitions* d'un *ou* deux Jours, *tout au plus. La Tempèrance, ayant été continuée comme cela un grand Nombre d'Années, avoit, pour ainſi dire, conſumé toutes les* mauvaiſes Humeurs, *& n'avoit pas permis qu'il s'en engendrât d'autres, ou que les bonnes ſe corompiſſent, & aquîſſent aucune* Qualité *maligne & pernicieuſe ; comme il n'arrive que trop ſouvent dans les Vieillars qui n'obſervent pas les mêmes Règles que j'obſervois. De ſorte qu'il n'y*

avoit èfèctivement dans les Humeurs de mon Corps, tout Vieux qu'il ètoit, aucunes de ces Malignités *qui enlèvent tous les jours tant de Monde. Et cèlle-ci même dont je viens de parler, qui y fut enfin introduite par le Changement que je ſoufris qui fût fait à ma Manière de Vie, n'eut pas aſſés de Force pour me cauſer la* Mort ; *quoiqu'à la Vérité le Mal fut tres conſidèrable, & même tres violent. On peut voir clairement par là, quèlle eſt la Vertu, & la Force d'une* Vie règlée *ou* dérèglée. *Je veux dire de la* Tempèrance, *& de* l'Intempèrance ; *dont l'une me maintint en bonne Santé durant tant d'Années, & l'autre m'abatit entiérement en tres peu de jours. Si le* Monde *ne ſubſiſte que par l'*Ordre *qui y eſt conſervé ; ſi notre* Vie corporèlle *dépend entièrement de l'*Harmonie, *& de la juſte Proportion des Humeurs, & des Elémens, on ne doit pas trouver étrange, que cette même* Vie *ne ſe conſerve que par l'*Ordre *& la* Règle ; *& qu'elle ſoit détruite par le* Déordre, *& le* Dérèglement. *L'*Ordre *rend faciles les Exercices, même pénibles. C'eſt lui qui donne la* Victoire *aux Armées, qui*

qui retient en Paix *les Royaumes, les Villes, les Familles, & qui afermit cette* Paix, *& la rend ſolide. D'où je conclus, que la* Sobriété, *& la* Tempèrance, *ſont la Cauſe* èficiente, *& le Fondement certain de la Santé comme de la Vie longue & heurenſe; & en même tems, le Remède le plus* Spécifique, *pour une infinité de Maladies. C'eſt ce que perſone ne niera, pour peu qu'on regarde la Choſe avèc quèlque atention. C'eſt auſſi pour cette Raiſon qu'un Mèdecin comence d'abord, par prèscrire à ſon Malade le Régime d'une* Vie règlée, *ſoit pour le* Boire, *ſoit pour le* Manger; *& que, lorsqu'il le voit rétablì, il lui recomande encor le même Régime, ou du moins un pareil, quant à la* Sobriété, *& à la* Tempèrance, *s'il veut conſerver cette Santé qu'il vient de recouvrer. Et on ne doit aucunement douter, qu'il ne ſe garantît en en èfet de toutes ſortes de Maladies, s'il continuoit à ſuivre un Avis ſi ſage, puisque par là, il en éloigneroit toutes les Cauſes; & qu'ainſi il n'auroit jamais beſoin, ni des Mèdecins, ni de leurs Remèdes.*

REMARQUES.

L'*Auteur* raiſone ici tres juſte, lorſqu'il dit, que ſi l'on abandonne une fois la Modèration, & la Sobriété qu'on s'eſt prèſcrite, & l'Ordre qu'on y gardoit, la Santé en eſt dérangée ; mais que ſi on reprend aprês quèlque tems ſon ancienne Manière de Vie ; retournant d'où l'on s'eſt écarté, on ſe rétablit dans ſon premier Etat. Que le Tempèrament de notre Corps n'eſt autre Choſe que celui des Humeurs, & que dans èlles ſeules conſiſte le Mouvement, & l'*Harmonie*, de toute notre Nature. C'eſt une Vérité aſſés conue ; & *Galien* a été même jusqu'à croire, que l'Ame de l'Homme n'étoit autre Choſe qu'une certaine *Harmonie* qui ſe trouvoit entre ſes difèrentes Parties. *Platon* a ècrit que la Santé eſt l'Accord parfait de l'Ame avec le Corps, & qu'il y a entre l'un, & l'autre, une tèlle Proportion, & un tèl Raport, que ſi l'Eſprit eſt le plus fort, & l'emporte ſur le Corps, il l'abat, & le rend tout-à-fait languiſſant : comme au con-

contraire, ſi le Corps, & ce qu'il y a de Matèrièl, prend le Deſſus ſur l'Eſprit, celui-ci eſt tout engourdi, & n'a pas aſſés de Force pour agir. Il y a dans *Lactance*, *Firmianus*, & *Caſſiodore* des Paſſages admirables, au ſujet de cette Proportion des Parties du Corps humain, non moins harmonieuſe que remplie de Merveilles. Il n'y a pas même jusqu'à ces Parties que l'on a nomé *Honteuſes*, & que l'on cache aux Yeux pour cette Raiſon, qui ne renferment autant de Beautés, qu'èlles procurent d'Avantages. Qu'eſt-ce que les Sculpteurs admiroient tant dans cette Statue de *Policlète?* Si ce n'eſt cette Juſtèſſe de Proportion, & cette Harmonie que l'on y voyoit dans toutes les Parties du Corps Humain, qui la firent nomer le *Canon* ou la Règle par *Excèllence*. *S. Auguſtin*, *Lib.* 22. *de Civ. Dei*, dit qu'il y a bien encor d'autres Beautés dans les Parties qui ſont cachées aux Yeux. „Si les Nombres, „dit-il, dont le Raport parfait s'apèle „en Grèc *Harmonie*, pouvoient être „viſibles dans les Entrailles mêmes „les plus ſècrètes, & cèlles qui ont le

 „moins

„moins d'aparence, la Beauté de leur „Ordre miraculeux doneroit une tèlle „Satisfaction à l'Eſprit, qu'il les pré„fèreroit auſſi-tôt, & pour toûjours, „aux Beautés conues les plus capables „de captiver les Yeux. Or il n'y a qu'un ſeul Moyen de conſerver cet Ordre, & cette Beauté dans les Parties, ſoit intèrieures, ſoit èxtèrieures de notre Corps. C'eſt cette *Tempèrance*, & cette *Sobriété*, qu'on ne ſauroit aſſés louër.

Bien plus s'il veut ſe doner la Peine de faire atention à tout ce qu'il faut pour cela, il ſe rendra Mèdecin lui même, & tres habile Homme. Car il eſt certain, que l'Homme ne peut être ſi parfait Mèdecin pour perſone, que pour lui même. La Raiſon eſt, que tout Homme peut, en y feſant atention, & par pluſieurs Expèriences, conoître à la fin la Nature de ſon Tempérament, & ſes Diſpoſitions interieures: Il peut parvenir à ſavoir, quèls Alimens, & en quèlle quantité, s'acordent avèc ce Tempèrament, & ces Diſpoſitions: ce qu'il n'eſt pas ſi facile de conoître dans un autre, faute de pouvoir faire des Expèriences longues & certaines, & des Obſer-

ſervations autant èxactes que nécèſſaires; y ayant ſurtout encor plus de Diférence entre les Tempèramens, qu'entre les Viſages. Qui peut deviner, par èxemple, que le Vin Vieux me fait mal, & que le Nouveau s'acomode avèc mon Eſtomac? Qui voit que le Poivre m'échaufe moins que la Canèlle? Quèl eſt celui des Mèdecins qui eut pu me dire que j'avois en moi ces deux Diſpoſitions naturèlles, ſi moi même je ne m'en ſuis convaincu que par une Expèrience de pluſieurs Années? On ne peut donc être parfait Mèdecin d'un autre. Si donc un Homme ne peut avoir de meilleur Mèdecin que ſoi même, ni de meilleur Remède que la Tempèrance, il eſt clair qui faut s'en tenir à ce dernier Parti.

REMARQUES.

Nous pouvons aſſurer avèc Vérité, qu'il ne s'eſt pas encor trouvé de Mèdecin parfait; & même qu'il n'y a guères lieu d'èſpèrer qu'il s'en trouve jamais. *Hipocrate* lui même *Epiſt. ad Democ.* avoue ingenument que, tout vieux qu'il ètoit, il n'avoit pas encore ateint

la

la Perfèction de la Mèdecine. *Galien* 4. *Method.* donne la Raiſon de ceci, qui n'eſt autre, ſi non, qu'il eſt impoſſible à un Mèdecin de voir entièrement clair dans le Tempèrament, & les Diſpoſitions naturèlles de chaque Homme. „Car, dit-il, ſi je pouvois conoître pré„ciſément le Tempèrament de chaque „particulier, je m'èſtimerois ce que je „conçois dans mon Eſprit qu'a été „*Eſculape.* Combien y en a-t-il, quèlqu' èxpèrimentés qu'ils ſoient, fuſſent-ils de ceux qu'on nome *Polyatri*, ou profonds, & univerſèls dans la Mèdecine, auſſi bien que conſomès dans la Pratique, qui puiſſent conoitre le Tempèrament, & les Diſpoſitions de chaque Malade, qu'il n'a peut-être jamais vû auparavant? Auſſi *Celſus* dit-il, *in Præ.* „Qu'un Mèdecin conu, & qui „nous voit fréquemment, nous eſt bien „plus utile, qu'un Etranger qui ne nous „conoit pas, & que nous n'avons ja„mais vû. Notre *Auteur* conclut donc tres juſte de cette Diverſité de Tempèramens, que perſone ne peut être Mèdecin dès Autres avèc tant de Perfèction que de ſoi même; Comme ètant plus

plus capable de juger ſur l'Expèrience, de ce qui lui convient, & de ce qui lui peut faire mal. C'eſt ainſi que *Tibère Néron*, au raport de *Suétone*, 6. *Annal.* avoit coutume de ſe moquer de l'Art des Mèdecins, & de n'en conſulter aucun qui ne fût à l'Age de 30. Ans ce qui lui feſoit du Bien, ou du Mal à l'Eſtomac. Aprês cela notre *Auteur* parle d'une Diſpoſition particulière de Tempèrament, qui eſt que le Vin Vieux d'un An lui faiſoit du Mal, & que le Nouveau s'acomodoit mieux avèc lui. Il n'y a donc qu'une Manière de vie règlée, tant dans la bonne, que dans la mauvaiſe Santé, qui puiſſe remplir notre Atente, & réunir en èlle même les Efêts de la Médecine, ſoit de cèlle qui conſerve, & entretient la Santé, ſoit de cèlle qui la rétablit. Et je ne crois pas que jamais *Aſclépiades de Pruſſe* ſe ſoit ſervi d'aucun autre Remède que de celui d'une *Vie ſobre* & modèrée, pour ſe conſerver dans toute ſa Force corporèlle jusqu'à la Vieillèſſe la plus avancée. *Ayant fait un Pact avèc la Fortune*, comme dit *Pline lib. 7. cap. 7. de peur qu'on ne le crût pas Mèdecin, ſi on*

le

le voyoit avoir lui même quèlque Infirmité que ce fût. Cet Homme au raport du même *Pline*, renversa toute l'ancienne Mèdecine, rejèta les Remèdes, institua la nouvèlle Méthode de guèrir par l' *Abstinence* dans le *Manger*; comme par les *Frixions*, les *Promenades*, les *Mouvemens* & Exercices du Corps, & autres Choses de cette nature. Le Mèdecin *Antiochus*, aussi grand amateur que lui de la Sobriété, comme nous le lisons dans *Galien*, 5. *De San. tuen.* parvint à un tres grand Age, d'une manière toute semblable. Mais lors qu'il fut décrépite, pour entretenir la *Lampe vitale* qui demandoit un soin continuèl, & toûjours un nouvèl Aliment, il prenoit de la Nourriture trois fois par Jour. „ Sur les huit ou neuf „ Heures du Matin, il mangeoit un Mor„ ceau de Pain cuit avec du *Miel Atti„ que*; sur le Midi ou une Heure, il di„ noit médiocrement, mangeant d'abord „ les Choses qui pouvoient lâcher le „ ventre; ensuite il mangeoit du Poi„ sson sur toute autre viande, & par„ ticulièrement de ces Poissons qui se „ trouvent autour des Rochers, ou bien „ dans les Mers les plus profondes: En„ fin

„fin à ſouper, il s'abſtenoit même du „ Poiſſon, & il prenoit ſeulement quèl- „que choſe qui eût un bon Suc, & qui „ne fût pas ſujèt à une Coruption ſi „promte. De ſavoir à préſent, pourquoi ce Mèdecin mangeoit plus à diner qu'à ſouper, cela n'eſt par facile. Il n'en paroît aucune Raiſon; ſi ce n'eſt cèlle que donne *Jo. Lang. Epiſt. Med. Lib.* 1. *Epiſt.* 55. où, aprês pluſieurs Argumens en faveur du Soupé, auquèl il dit, que, même de notre Tems, on doit manger plus qu'au Diné; il raporte ce Trait du Mèdecin *Antiochus*, & il dit à ſon ſujet, que la Vieillèſſe, ſur tout lorsqu'elle eſt décrépite, doit être regardée comme un Etat de mauvaiſe Santé, & que par conſéquent, il la faut traiter d'une Manière toute opoſée à cèlle dont on traite les Perſones ſaines, & robuſtes.

Je ne prétens pas cependant, nier la Nécèſſité d'avoir des Mèdecins, ou inſinuer qu'on ne doit pas faire grand Cas de leur Sience, lorsqu'il s'agit de conoitre, & de guèrir les Maladies dans lesquèlles peuvent quèlquesfois tomber ceux qui mènent la Vie la plus règlée. Car ſi un A-

mi

mi qui vient nous conſoler ; & nous viſiter dans notre Maladie, nous rend un bon Office, & nous oblige ; combien plus doit nous faire plaiſir un Mèdecin qui nous viſite comme Ami, nous donne les Remèdes qu'il croit nous être utiles, & nous promèt le Rétabliſſement de notre Santé. Mais je dis que pour conſerver cette Santé, on doit plutôt avoir recours à une Manière de Vie règlée qu'aux Mèdecins ; puisque l'Expèrience nous aprend que c'èſt une Mèdecine qui nous eſt propre, & naturèlle ; & qu'èlle peut non ſeulement maintenir en Santé les Corps les plus mal partagés en Tempèrament, mais encor les conduire jusqu'à leur Centième Année, & au de là ; & s'ils meurent alors, c'eſt plutôt par une Défaillance *générale de la* Nature, *& manque d'*Humide radical, *comme une Lampe qui s'éteint faute d'Huile, que par aucune Douleur, ou aucun Dérangement dans les Humeurs. Il y a eu des gens qui ont cru, que* l'Or Potable, *& cette ſorte de* Pierre Philoſophale *apellée* Elixir, *que tant de Perſones ont cherché, & que ſi peu ont trouvé, avoient ces mêmes Effèts de prolonger la Santé, & la Vie. mais je dis que, fût-il poſſible de les trou-*

ver,

ver, fuſſent-ils auſſi comuns qu'ils ſont rares, ils ſeront toûjours entièrement inutiles, ſans la Sobriété, *& la* Tempérance.

REMARQUES.

Sènèque Epit. 78. *ad Lucil.* parlant d'une violente Fluxion qui l'avoit afligé long-tems, & qui l'avoit extrèmement amaigri, dit, que ſes Amis lui avoient été d'un grand ſecours, pour lui aider à ſupporter ſa Maladie, & même à la guèrir. „ Mes Amis, dit-il, con„ tribuèrent beaucoup au Rétabliſſe„ ment de ma Santé par leurs Diſcours „ conſolans, & agréables, & j'èxpèri„ rimentai alors que tout ce qui égaye, „ & divertit l'Eſprit, fait du Bien au „ Corps. C'eſt encor un grand Point, en cas de Maladie, que le Mèdecin ſoit un de nos Amis les plus familiérs; car, comme dit encor *Sènèque 4. contr:* „ Rien „ ne contribue davantage au Rétabliſſe„ ment des Malades, que d'être traités par „ ceux qui leur plaiſent. La Confiance qu'on a pour ſon Mèdecin guèriſſant plus de Monde, que les Remèdes mêmes

mes. Mais il n'y a que ceux qui ſont leurs Maîtres, & qui peuvent ſe choiſir un Mèdecin tèl qu'ils veulent, qui puiſſent jouir de cet Avantage. D'où vient que parmi les Perſones Religieuſes, particulièrement les Filles, qui ſont obligées de ſe ſervir toûjours d'un même Mèdecin dont la Maiſon a fait chois ſans les conſulter, on entend ſi ſouvent des Plaintes, de ce qu'il ne leur eſt pas permis d'en d'avoir un, en qui èlles puiſſent avoir de la Confiance. Il n'y a certainement rien de plus pernicieux pour un Malade, que lorsqu'il a de l'Averſion pour un Mèdecin; mais c'eſt encor bien pis ſi ce Mèdecin lui eſt odieux, comme cela peut arriver quèlques fois. Y ayant donc une ſi grande Difèrence dans les Tempèramens, les Afèctions, & les Diſpoſitions naturèlles des Hommes, un Mèdecin qui a un peu d'Induſtrie, & d'Adrèſſe, ne fait pas mal de ſe concilier l'Afèction d'un Malade, en ſe conformant à ſes Inclinations, & à ſon Humeur. Il y en a pluſieurs qui ont réuſſi par là, & qui ſe ſont aquis un tres grand Nom, plus par cette ſorte de *Ruſe* que par leur *Ha-*

Habileté. Le ſavant *Gaſpar à Réjes* entre ſes *Quèſtions*, propoſe cèlle-ci auſſi curieuſe qu'èlle vient à propos ; à ſavoir. „ D'où vient que les Ignorans, les Em„piriques, & les faux Mèdecins, s'in„ſinuent bien davantage dans les *Bonnes* „ *Graces* du *Vulgaire*, que les Mède„cins ſages, & ſavans ?

Il eſt bien vrai que les Gens *ſenſuéts, & ceux qui ſe plaiſent dans l'Intempèrance (tèls que ſont ceux qui s'obſtinent à vouloir contenter tous leurs Deſirs, & en pvrticulier, ces Deſirs qui regardent ou le* Manger, *ou le* Boire,) *ne veulent point du tout entendre parler de cette Manière de Vie Sobre, & modérée, quoiqu'ils ſe ſoient trouvés tres ſouvent incomodés de leur Deréglement.* „ *Il vaut mieux, diſent*„*ils, obéir aux Apétits, & vivre dix* „ *Ans de moins, que de gêner ainſi ſon Tem*„*pèrament par des Abſtinences perpétuèl*„*les. Mais ils ne font pas réflèxion, de quèlle Conſéquence dix Ans de Vie plus ou moins ſont à un Homme ; & ſurtout dans un Age mûr, auquèl cette Vie eſt parvenue à ſon Point de Perfèction ; & a aquis la Sagèſſe, la Prudence, & tou-*

tes

tes les autres Vertus qui ne peuvent ſe rencontrer que tres imparfaitement dans un Age moins avancé. Et pour ne pas parler de tant d'autres Avantages de la Vieillèſſe ; n'a-ce pas été dans cet Age-là, que tant d'èxcèllens Ouvrages ont été compoſés ; & dans ces mêmes dix Années, dont ces Voluptueux ſemblent faire ſi peu de cas?

Ces Mrs. là diſent encor, que la Vie ſobre & règlée eſt une Choſe ſi dificile à entreprendre, qu'èlle en eſt près qu' impoſſible. Mais je répons à cela, que Galien *l'a entrepris, & en eſt venu à bout. Il en a fait ſa Pratique ordinaire, & il a èxpèrimenté que c'ètoit la meilleure de toutes les Mèdecines.* Platon, Iſocrate, Ciceron, *& tant d'autres, tant des Siècles Paſſés, que du nôtre ; comme le Pape* Paul. III. *& le Cardinal* Bambon, *qui par ce Moyen là ont vècu ſi long tems. Nos Ducs* Laud, & Donat, *& tant d'autres d'un Rang moins élevé, non ſeulement dans les Villes, mais dans les Bourgs, & les Villages, ont fait la même choſe, & en ont retiré le même Avantage. Puis donc que tant de Gens l'ont fait autrefois, & que tant d'autres le font encor aujourd'hui ; eſt-ce une Cho-*

ſe

ſe que Perſone ne puiſſe faire? Et n'eſt-elle pas au contraire d'autant plus aiſée, qu'il n'y faut, ni Frais, ni Cérémonies? Il ne faut que comencer, & puis s'y acoutumer peu à peu?

Il ne faut pas s'arèter à ce que dit Platon, *que ceux qui manient les Afaires publiques, ne peuvent pas s'aſtraindre à une Manière de Vie règlée, par ce qu'il faut ſouvent qu'ils ſoient èxpoſés au Chaud, au Froid; aux Neiges, aux Vens, & à la Pluye; & qu'ils portent la Fatigue d'un Travail, toujours le même dans ſa Variété. Car je répondrai que toutes ces Incomodités, & ces Inconvéniens, ſont de tres peu de Conſéquence, comme je l'ai déja dit plus haut, pour des Perſones qui ſont modèrées à l'égard, tant du* Boire, *que du* Manger; *ce qu'il eſt facile d'être, même aux Perſones les plus engagées dans les Afaires publiques. Bien plus, cela leur eſt auſſi comode qu'utile, tant pour les garantir des Maladies qui peuvent intèrompre l'Acquit de leur Fonctions publiques, que pour doner plus de Vivacité à leur Eſprit, dans les Ocaſions dificiles qui ſe rencontrent, & où ils ont*

beſoin de toute leur Pénétration, comme de toute leur Prudence.

REMARQUES.

Il n'y a prèsque Perſonne de quèlque Profèſſion dont on ait fait Chois, qui ne ſe propoſe de parvenir à la Vieillèſſe, & qui ne ſouhaite de reſſembler à cet Age là à *Héſiode*, dont on dit que la Vieillèſſe ètoit aiſée, agiſſante, & vigoureuſe. Mais il y en a bien peu qui veulent prendre les Moyens pour cela. Ce qui fait qu'il eſt ſi comun de voir dans toutes les Villes des Vieillars têls que *Juvenal* les décrit, *Sat.* 10. & qu'il y en a ſi peu qui ſoient encor aſſés forts, & aſſés vigoureux, pour rendre le moindre Service à la République. *Platon* ſe fonde là-deſſus, lorsqu'il ordone que les Vieillars ſeront éloignés des Charges, & de l'Adminiſtration publique, comme ètant prèsque tous infirmes, & trop foibles. Il n'eſt pas tout-à-fait ſi aiſé pour ceux qui paſſent leur Vie à l'Armée, & qui quèlquefois vivent dans l'Abondance de toutes Choſes, & plus ſouvent encor ſont

ſujèts

ſujèts à endurer la Faim, & la Soif, ſans conter les autres Fatigues; il n'eſt pas, dis-je, ſi aiſé pour eux de parvenir à un Agé avancé, ou d'avoir beaucoup de Vigueur, & de Force, s'ils y parviennent. Je dis la même choſe de ceux qui font ce qu'on apèle *Le gros Ouvrage* à la Campagne, ou de ceux qui dans les Villes, ſont obligés pour vivre, d'éxercer des Arts Méchaniques, & pénibles. Il n'y a peut-être que ceux qui s'apliquent aux Exercices de Minerve qui puiſſent èſpèrer ce Bonheur, s'ils veulent ſe contenir dans les Bornes d'une Vie règlée, & ſobre; & qui èfèctivement parviennent à cet heureuſe Vieillèſſe, qui laiſſe encor aſſés de Forces, & de Santé, pour ſe rendre utile au Public, par des Ouvrages ſavans qui procurent cette Vie *Poſthume*, que les Poëtes noment *Immortalité*. *Hipocrate* déja tres âgé compoſa ſes Aphoriſmes, ou plutôt ſes Oracles. Les Ouvrages que fit *Galien* dans ſa Vieillèſſe ſont les meilleurs de tous ceux qu'il a laiſſé à la Poſtèrité. *Valleſius* Prémier Mèdecin de *Philip Second* Roi *D'Eſpagne*, ètoit èxtrème

ment Vieux lorsqu'il ècrivit ſon Livre *De la Philoſophie Sacrée. Sanctorius* que j'ai cité tant de fois compoſa pendant les dernières Années d'une Vie tres longue, cet èxcèllent Traité, *De Statica Medicina. Harvey, le Démocrite Anglois* ètoit déja fort avancé en Age, lorsqu'il mit au Jour ſon Traité divin du Mouvement du Sang, & il avoit 73. Ans, lorsqu'il fit imprimer cet autre *De la Gènération des Animaux*. La même Choſe eſt arivée en tout tems, à un Nombre d'autres Savans en toute autre Sience : & l'on peut dire, que ceux qui ſe laiſſant emporter à une Ardeur aveugle de ſe faire Auteurs, dans un Age qu'on peut plutôt encore apeler *Jeunèſſe*, n'ont jamais un ſemblable ſuccês. Il arive même tres ſouvent, qu'ils ſe repentent dans leur Vieillèſſe, de ce qu'ils ont ècrit avant ce Tems-là; qu'ils ne peuvent relire ces Ouvrages qu'avec des Angoiſſes d'Eſprit inconcevables; & que ſemblables à *Ovide* qui, parlant de ſes propres Ouvrages auxquêls il avoit laiſſé voir le Jour trop tôt, uſe de cette Exprèſſion,

Cum

Cum relego ſcripſiſſe pudet, quia pluri-
ma cerno,
Me quoque qui ſcripſi judice, digna
lini.

Ils ne peuvent ſe ſouvenir de leur premiers Ecrits, ſans ſouhaiter qu'ils n'euſſent jamais paru. La Vieillèſſe donc, & particulièrement cèlle que l'on diſtingue par les Epitètes, de *Verte*, & de *Fraîche*, eſt le Fruit le plus agréable de la Vie ſobre, & règlée; lorsqu'on l'a embraſſée en Tems & Lieu. Mais il ne faut pas que ces Savans-là s'atendent à recueillir ce Fruit précieux, qui haïſſent la Frugalité de la Table. Car ceux qui partagent le Tems de leur Jeunèſſe, & de leur Age Viril, entre les Plaiſirs de *Bachus*, & les Délices de *Vénus*, ne peuvent s'atendre qu'à une Vieillèſſe languiſſante, & auſſi flétrie que leur Couleur qui tourne alors ſur cèlle de l'Olive. *Vetus victus, ſenex veternoſus, colore muſtelino*, a dit L'Auteur Comique de L'*Eunuque*: & aulieu d'un Corps vivant, n'en laiſſeront voir qu'un demi animé, à moitié mort, pour ne pas dire prèsque tout-à-fait.

Quèlques Perſones feront ſans doute ici une Objèction ; à ſavoir, coment ceux qui mènent une Vie ſi ſobre, & ſi règlée, qu'ils ne mangent jamais que des Choſes qu'on donne ordinairement à des Malades, & encor en petite Quantité, feront-ils dans la Maladie? Quél Régime garderont-ils, qu'ils n'ayent anticipé lorsqu'ils ſe portoient bien?

A cela je réponds en premier Lieu, que la Nature *qui fait tout ce qu'èlle peut pour ſa propre Conſervation, ſuggère alors de quèlle Manière on ſe doit comporter, en començant par ôter l'Apetit ; afin qu'on ne mange que tres peu : Car quant à èlle, èlle ſe contente toujours de* Peu. *De ſorte qu'un Malade, ſoit qu'il ait mené une Vie ſobre, & règlée, ou non ; dès lorsqu'il eſt malade, ne doit plus uſer que d'Aliмens convenables à ſon Etat, & encor en bien plus petite Quantité, que lorsqu'il jouiſſoit de ſa Santé. Car s'il vouloit continuer comme il feſoit auparavant, la* Nature *qui eſt déja foible, & abatue par la Maladie, ſeroit bien-tôt entièrement acablée.*

En ſecond Lieu, je répons encor mieux, que quiconque vit ſobrement, & ſelon les Rè-

Règles de la Tempèrance, *ne peut près-que pas être malade*; *du moins*, *ce ne ſera que rarement*, *s'il l'eſt*; *& pour tres peu de tems*: *parce que ſa Manière de Vie a coupé toutes les* Cauſes *du* Mal, *& qu'en bonne Philoſophie*; ablatâ cauſa, tollitur effectus.

REMARQUES.

Il ne laiſſe pas d'y avoir aujourd'hui bien des Gens qui vivent ſobrement, & avec Frugalité: & qui auſſi arivent à une Vieillèſſe agréable. Il y a des Ordres Religieux remplis de ces Vieillars qui, quoiqu'ils ayent été toujours vètus groſſièrement; qu'ils ayent eu toute leur Vie les Piés nus; qu'ils ayent couché ſur la *Dure*, dans de petites Cèllules, & dans les plus grandes Chaleurs de l'Eté; ſont parvenus, malgrè tout cela, à leur *quatre-vingt*, ou *quatre-vint dixième Année*; ſont encor frais, & robuſtes; & atribuent leur grand Age, leur Force, & leur Santé, aux Jeûnes, & aux Abſtinences fréquentes qu'ils ont fait, & à la Nouriture modique, & ſouvent rien moins qu'èxcèllente, qu'ils ont priſe. Notre *Auteur* répond tres juſte aux

Objèctions de ceux qui ont une ſi grande Répugnance pour la Sobriété. Toute la Dificulté tombe d'èlle même, en leur répondant que, ou ils ne ſeront point ſi ſujets à être malades, ou ils ne le ſeront que tres lègèrement, s'ils le ſont. Ceux qui vivent ſi ſobrement, diſent-ils, lorsqu'ils tombent malades, ne peuvent ſuporter la Force des Remèdes, parce qu'ils ſe ſont afoiblis par leurs *Abſtinences*. Mais qui ne voit que ces *Abſtinences* juſtes, & proportionées aux Forces, & aux Beſoins de la *Nature*, ont retranché les Cauſes des Maladies, en ôtant l'Abondance de Sang, & d'Humeurs; en ſorte qu'èlles n'ont plus ſurquoi agir? J'ajouterai à cela, que leur Bonheur en eſt d'autant plus grand, ſi à cauſe de leur peu de Forces, ils ne peuvent uſer de Remèdes. *Hipocrate* 1. *Aphor.* a ècrit que les Vieillars ſont moins ſujêts à la Fièvre; & que s'ils en ſont ataqués, c'eſt toujours avec moins de Violence que les plus Jeunes: parce que leur Corps eſt ſi froid, que les Inflamations ont peu de Pouvoir ſur lui. Il eſt donc vrai que ceux qui vivent ſobrement, ſont ataqués de

moins

moins de Maladies, & que cèlles où ils peuvent tomber, ſont bien moins dangereuſes, que cèlles où tombent ceux qui vivent à leur Fantaiſie, & qui ne ſe refuſent aucune Volupté : parce que dans ceux-ci, les Humeurs ſont entièrement éloignées du Chemin comun de la *Nature* ; ce qui ne ſe trouve pas dans les Autres. Que ſi quèlque-fois par la mauvaiſe *Intempérie* de l'Air, dont l'Uſage eſt indiſpenſable, & dans certaines Diſpoſitions, ou *Maladies épidémiques*, ils ſont auſſi ataqués, ce n'eſt jamais avèc autant de Violence, que ceux qui vivent ſplendidement, & avèc Délices ; ces Maladies là trouvent en eux en abondance. ſurquoi èxercer leur Fureur : comme on le voit dans la *Pèſte*, mieux que dans toute autre. Car cette terrible Maladie ſur toute les Autres, n'aime à s'immoler que les *Victimes* les plus *graſſes*.

Pline Ecrit *lib.* 7. *H. N cap.* 50. que, *Les Vieillars ſont les moins ſujèts à être ataqués de la Pèſte.* Et je crois qu'il n'y a point d'autre Raiſon de cela, ſi ce n'eſt que leurs Corps ſont plus ſècs, & moins propres à recevoir les Impreſ-

ſions qui viennent du *Dehors*, que les Corps des Jeunes Gens, qui ſont plus ouverts. *Jules Cæſar Zarottus, De Med. Mart. Interpr.* en donne une autre Raiſon ; & il dit, que la Pèſte eſt tres chaude, & qu'ainſi èlle ne peut faire qu'une lègère Imprèſſion ſur les Corps froids des Vieillars. On lit dans *Martial* une *Epigrame* tres ſpirituèlle ſur une Femme nomée *Vétuſtina*, qui déja fort âgée, & même ridée, ètoit ſi amoureuſe, qu'èlle ne pouvoit s'empêcher de faire paroître par pluſieurs Actions èxtravagantes, l'Envie qu'elle avoit d'être mariée. Il la raille fort agréablement en pluſieurs Manières, & à la fin, il lui dit ;

Cum Bruma Menſem ſit tibi per Auguſtum
Regelare nec te peſtilentia poſſit,
Audes ducentas nupturire poſt mortes?

Toi qui portes les Frimats *jusque dans le Mois* d'Août, *& que la* Pèſte *même ne dégèleroit pas ; tu oſes penſer au* Mariage, *apres plus de deux Cens* Morts.

Cet

Cet Interprète s'éforçant par plusieurs Raisons de démontrer, que la *Pèste* est une Maladie tres chaude, s'apuye sur le Jugement de *Martial* qui semble l'assurer ainsi, lorsqu'il dit qu'elle n'étoit pas même capable, avec toute sa Chaleur, de réchaufer, & de fondre, les Glaces de cette vieille Femme. Cette Preuve est fort ingénieuse, mais l'Auteur me permètra de ne pas être de son Sentiment; puis que nous voyons, que la *Pèste* est si souvent acompagnée de si peu de Fièvre, qu'èlle en impose même par-là quèlque-fois aux Mèdecins. Mais je dis, que la *Pèste* ataque bien moins les Vieillars, à cause que leurs Corps sont plus durs à pénétrer, & plus sêcs: comme on peut le remarquer dans ces Maladies contagieuses qui ataquent quèlque-fois les Animaux. Nous vîmes il y a quèlques Années, que la Maladie qui courut parmi les *Bêtes à Cornes*, & qui les fesoit mourir en grand Nombre, non seulement dans tout le *Continent* des Etats de la Séréniſſime République de *Venise*, mais encor dans prèsque toute l'*Italie*, & surtout dans la *Campagne de Rome*, au

grand Domage de tant de Perſones: nous vîmes, dis-je, que les Bêtes les plus graſſes, les plus charnues, & les plus jeunes, étoient les premières ataquées, & mouroient plutôt que cèlles qui ètoient plus maigres, plus décharnées, & plus Vieilles. C'eſt ce que j'ai démontré clairement dans une Diſpute publique que j'ai eüe au Collège de *Padoue*, entre pluſieurs autres *Phénomènes* de la *Nature* que j'ai expliqué, & prouvé.

La Vie ſobre, *& règlée, ètant donc ſi utile, ſi bèlle, ſi conforme à la* Vertu *& à la* Sainteté, *ne mérite-t-èlle pas d'être embraſſée de tout le Monde; d'autant plus que c'eſt une choſe très aiſée, & tout-à-fait conforme à la* Nature, *& au Tempèrament de* l'Homme? *Je ne prétens pas contraindre ceux qui voudront embraſſer la* Tempèrance, *de manger, ou de boire, auſſi peu que je fais. Je n'interdis à Perſonne l'Uſage des Fruits, du Poiſſon, & autres Alimens dont je n'uſe pas. Je mange peu, parce que ce Peu me ſufit; je m'abſtiens de Fruits, de Poiſſon, &c. parce que ces Choſes me font mal:*

mal : ceux qui s'en trouvent bien, peuvent, & doivent en uſer ; tant s'en faut qu'il leur ſoit défendu. Il faut ſeulement que chacun prenne garde, de ne point doner dans l'Excês, même de ce qui fait le plus de bien, & de ne manger, ou ne boire jamais plus, que l'Eſtomac ne peut digèrer. Ainſi ceux qu'aucune Sorte de Nouriture n'incomode, doivent ſeulement avoir égard à la Quantité, & non pas à la Qualité : *ce qui eſt une Choſe tres facile à faire.*

Il eſt donc inutile d'objècter ici, qu'on a vu pluſieurs de ceux qui ont vècu d'une Manière tres dérèglée, parvenir néanmoins à l'Age le plus avancé, & jouir même alors d'une Santé parfaite. Parce que la Choſe ètant incertaine, dangereuſe, & tres rare, nous ne devons point nous y fier ; & contans là-deſſus, hazarder deux Choſes auſſi précieuſes que la Santé, *& la* longue Vie, *pour le* Dérèglement, *& la* Débauche. *Il n'y a point du tout de Prudence à s'èxpoſer à tant de Maladies, de* Dangers de Mort, *de Peines, & d'Inconvéniens, pour une Choſe que nous ſommes ſi peu certains d'obtenir, & qui arive ſi rarement. Un Vieillard,*

quèlque débile, & Cacochime *qu'il ſoit, eſt plus ſûr de Vivre encor long-tems en menant une* Vie ſobre, *& règlée, que le plus robuſte Jeune Homme qui vive dans la* Débauche; *quoique généralement parlant un bon Tempèramant, ſoutenu de la* Sobriété, *puiſſe encor plus èſpèrer de prolonger ſa Vie, qu'un mauvais qui ſuit les mêmes Règles de* Tempèrance. *Il peut auſſi ariver qu'un Homme ſoit d'un ſi bon Tempèrament, que ſans obſerver une Règle ſi èxacte, il puiſſe ſe conſerver en Santé un grand Nombre d'Années, & mourir dans une èxtrème Vieillèſſe, purement, comme il a été dit ci-deſſus, par un Manque de l'*Humide radical, *une Exſtinction des* Eſprits Animaux, *& une Ceſſation entière, & ſubite, des* Principes de Vie, *comme nous avons vû à* Veniſe *qu'il eſt arivé au Procurateur* Thomas Contarène; *& à* Padoue *au Séigneur* Antonio Capo di Vacca: *Mais on peut dire que c'eſt un, non entre Mille, mais entre* Cent Mille. *Quant à ceux qui ſouhaitent de vivre long-tems en Santé, & de finir leurs Jours ſans Douleur, & par une pure Défaillance de* Nature; *je leur dis qu'il n'y a point d'autre Moyen d'y parvenir.*

venir. Ce n'eſt qu'en vivant d'une Manière ſobre, & règlée, qu'ils obtiendront ces Avantages, qui ne ſont pas moins conſidèrable par leur Nombre, que par l'Eſtime qu'on en doit faire.

REMARQUES.

Si quèlqu'un me demandoit, de quéls Alimens il devroit uſer; en quèlle Quantité, & en quél Tems il devroit les prendre, pour ſe maintenir en Santé; je le renverrois à ſon Eſtomac, qui eſt ſans doute plus capable que qui que ce ſoit, de lui doner là-deſſus un bon Conſeil. C'eſt ainſi que *Quintilien*, pour éſſayer ſi un Diſcours ſeroit gouté de ſes Auditeurs, diſoit, *Aures meas conſulo*; *Je conſulte mes propres Oreilles*. L'Eſtomac doit donc être la Règle de *Polyclète*; & celui qui s'adone à la *Vie ſobre* doit conſulter ce qui lui nuit, ou ce qui s'acomode avec ſon Tempèrament; & prendre garde ſurtout, de ne le point trop charger, quoique ce ſoit des Choſes qui lui conviennent. Perſonne n'ignore cet Axiome de Mèdecine; *Omnis repletio mala, panis autem peſſima*; *Toute*

Ré-

Réplétion eſt mauvaiſe ; mais cèlle de Pain eſt la pire de toutes. Ceux quicroyent ariver à la Vieillèſſe, & ſe conſerver en Santé par la Faim, ſont dans une auſſi grande Erreur; car le Levain, ou *Ferment* de l'Eſtomac, qui eſt atachéaux Plis du *Ventricule*, ne ſait ce que c'eſt que chomer, lors que le Chile a pris ſon Chemin vers les Parties qui le doivent recevoir ; mais il veut toujours agir, & il èxerce ſa Fureur ſur les Membranes mêmes du *Ventricule*, & atire là toutes les Humeurs du Corps pour agir deſſus, plutôt que de rèſter à rien faire. Auſſi *Hipocrate* comparoit-il le *Ventricule* à la *Mer*, qui donne à tous, & reçoit de tous. Outre cela, la Faim aigrit la Bile, & rend de *Mauvaiſe humeur* ; ce qui a fait paſſer cet Endroit de *Plautin* en Proverbe, *Fames & mora bilem in naſum conciunt* ; *ſoufrir la Faim, & atendre, font tous deux monter la Bile au Nés* : ou, pour parler plus François, *cauſent une égale Impatience*. C'eſt pourquoi *Hipocrate* condanoit la Coutume de ne manger qu'une fois par Jour; parce que cette ſorte d'Abſtinence met le Corps dans un trop grand Mouvement: les Alimens ſont plutôt devorés que mâchés:

mâchés : & les Excrémens rèſtent trop long-tems dans le Corps. Il faut donc éviter la Faim lorsqu'on ſe porte bien, & doner à l'Eſtomac la Nouriture qu'il demande.

Premièrement, parce que par-là les Humeurs du Corps ſont plus pures, & moins pèccantes : *ce qui empêche les* Fumées *de monter du* Ventricule *au* Cerveau : *d'où il s'enſuit que le* Cerveau *eſt pur, & nèt comme une* Glace ; *& que l'*Eſprit *jouit partout de ſa* Clarté, *& de ſa* Force. *Un Homme en cet Etat eſt plus capable qu'il n'a jamais été, de s'élever des choſes baſſes, & tèrrèſtres, à la Contemplation des* Sublimes, *& des* Célèſtes. *Il reſſent une certaine Volupté d'Ame, & une Conſolation indicible, de conoître à préſent, ce qu'il n'auroit jamais été capable ſans cela de concevoir : je veux dire la Grandeur infinie de la* Puiſſance, *de la* Sagèſſe, *& de la* Bonté *de* Dieu. *De là il déſcend à la* Nature *des Choſes corporelles, & reconoît qu'elle eſt véritablement un* Ouvrage Divin. *Il voit, & il touche du Doigt des Choſes, que dans un Age moins avancé, & dans*

dans lequèl il avoit le Cerveau *moins* épuré, *il n'auroit jamais pu voir de ſi prés, & ſi nètement. Il voit toute la* Honte, *& la* Noirceur *du* Péché *dans lequèl tombe celui qui n'écoute, & ne ſuit que ſes* Apétits, *aulieu de les dompter. Il reconoit les* Vanités, *& en même tems les* Dangers, *ou nous précipite cette* triple Cupidité *qui naît avec nous, nous acompagne pendant notre Vie, & augmente même avec l'Age, dans ceux qui ferment les Oreilles à la* Voix *de la* Tempèrance: *à ſavoir, la* Concupience de la Chair, *l'Ambition des Honeurs, & l'Avidité d'amaſſer des Richèſſes. Paſſions que néanmoins ceux qui n'écoutent ni leur* Sens, *ni leurs* Apétits, *mais qui ſe ſont fait une longue, & douce Habitude de ſe conduire par la* Raiſon *peuvent modérer; & même tenir tèllement en* Bride, *qu'ils n'en reçoivent que tres peu, ou point de Domage. Enfin, lorsqu'il ſe voit prés de ſon* Terme, *& que le Tems de ſa* Diſſolution *eſt arivé, il n'en reſſent aucune Inquiétude, aucun Chagrin; parce qu'il eſt convaincu, que comme il a par l'Aſſiſtance de* Dieu, *marché ſur les Pas de la* Vertu, *il E-*

ſpère

ſpère par les Mérites de Jeſus Chriſt *notre* Rèdempteur, *mourir dans ſa* Grace, *& paſſer dans le Sein de la* Béatitude éternèlle. *J'ajouterai encor, qu'il ſe voit arivé à un Age, où bien peu arivent ; & que la* Mort *n'acourt pas avèc une Précipitation imprévue, ou avèc des Douleurs aigues ; mais que* l'Humide radical *ètant enfin tout conſumé èlle reſſemble plutôt à la douce, & paiſible* Extinction *d'une* Lampe *qui manque d'Huile ; & ainſi, il ſe voit lui même paſſer tranquilement, & ſans aucune douleur, de cette Vie tèrrèſtre & mortèile, à l'Eternèlle & Célèſte.*

Que véritablement Sainte, & heureuſe eſt la Vie Sobre, *& règlée ; & que tout le* Monde *devroit bien l'embraſſer ! Et qu'au contraire* l'Intempèrance, *& le* Dérèglement, *ſont des Choſes également malheureuſes & abominables ; & qu'èlles cauſent de Maux au* Genre Humain! *Quèlle Douceur, quèlle Beauté n'ont pas ces Mots,* Vie règle, Tempèrance, Sobrièté ! *Quèlle mauvaiſe* Odeur *n'ont pas ceux-ci,* Débauche, Intempèrance, Crapule ! *Il y a en Vérité autant de Difèrence entre ces Mots, qu'il y en a entre*

*tre ceux d'*Ange, *& de* Diable.

Jusqu'à préſent j'ai doné les Raiſons *qui m'ont engagé à m'aracher à l'*Intemperance, *pour m'atacher entièrement à mener une* Vie Sobre; *la Manière avèc laquèlle je m'y ſuis pris; cèlle dont je me ſuis comporté dans la ſuite; & enfin les Avantages qu'une pareille Conduite peut aporter à ceux qui ſuivront mon Exemple, & oſeront entreprendre la même choſe.*

REMARQUES.

En un Mot, la Tempèrance, & la Règle dans la Manière de Vivre, ſont le Soutien, & la *Baze* de la Santé, prolongent nos Jours, & la défend d'un nombre infini d'Accidens; ſans parler de tous ces autres Avantages qu'èlle procure & dont notre *Auteur* fait le Dénombrement; Têls que ſont, la *Sagèſſe*, &c. Car lorsqu'une fois on a conformé ſa Vie aux Règles de la *Sobriété*, ſans s'en écarter le moins du Monde; lorsqu'il faut la quiter, l'Ame, loin de ſoufrir aucune Violence, abandonant doucement la Priſon qui la renfer-

fermoit, prend volontairement ſon *Eſſor*, & s'envole dans le *Ciel.*

Si ce qu'on dit comunément eſt vrai ; *Que la Vie ne conſiſte pas à vivre, mais à ſe bien porter:* ceux qui ne s'èloignent jamais des Règles de la Sobriété, qui vivent ſans avoir beſoin de Mèdecins, ou d'*Apoticaires*, doivent ſans doute être apelés bien plus vivans, que ceux qui pour leur Intempèrance dans le *Boire*, ou dans le *Manger*, ſont réduits à mener une Vie toute des plus triſtes ; ou toûjours dans un Lit, ou continuèllement aſſis dans un Fauteuil.

Mais, pour dire encor un Mot des Incomodités que cauſent, ou l'Habitude de ne manger qu'une ſeule fois, dans tout un Jour, ou des Jeûnes trop fréquens, & trop longs ; j'ajouterai que ces deux Choſes rendent ordinairement l'Haleine tres mauvaſe. *Ariſtote* demande *ſect.* 13. *Probl.* 7. *Pourquoi ceux qui n'ont rien mangè depuis un tems conſidèrable, ont l'Haleine ſi forte?* Mais les Raiſons en ſeront èvidentes à ceux qui voudront les lire auſſi bien dans *Ariſtote* lui même, que dans *Aphrodiſius*, *Sep-*

Septalius, & plusieurs autres. Nous avons une *Epigrame* tres Spirituèlle de *Martial* au Sujèt d'une Femme nomèe *Bassa* qui avoit l'Haleine extrémement puante. Apres que le Poëte a fait un Dénombrement de toutes les Sortes de Puanteurs qu'il conoissoit, entre lesquèlles il fait Mention de cèlle que produisoit dans les *Sabataires* leur Jeûnes frèquens ; il ajoute qu'il aimeroit mieux sentir toutes ces Odeurs-là, que celle de la Bouche de *Bassa*. Je crois que le Poëte entend les *Juifs* par ses *Sabataires*, d'autant plus, qu'il n'y a point de Nation qui regarde les Jeûnes fréquens & austêres, comme un Point èssentièl de Religion, si ce ne sont les *Juifs*, qui ont Coutume de ne manger, & de ne boire tres souvent, de Vint-quatre Heures entières : d'où vient aussi qu'il n'y a point de Peuples dont l'Haleine sente si mauvais ; particulièrement en Eté, & dans le Fort de la *Canicule*, lors qu'ils jugent à propos de proclamer entre eux quèlque Jeûne Solemnèl. Car leur Bile, & les autres Sucs s'échaufant ; leur Langue, & leur Ventricule se dèssèchent, d'où il arive que l'Air

qu'ils

qu'ils reçoivent par l'*Inſpiration*, contracte l'Odeur de ces Matières ainſi échauffées, avant qu'il puiſſe être envoyé au *Dehors* par la *Réſpiration*. Ce qui oblige *Ballonius*, *Conſ. lib.* 2. *Conſ.* 16. de déffendre le Jeûne à ceux qui ont la Bile amêre. Il y avoit du Tems de *Martial* beaucoup de *Juifs* à *Rome*; leur Réligion y ètoit fort conue, & il eſt aiſé de conclure, que rien que leurs Jeûnes trop longs ne pouvoit rendre leur Haleine ſi mauvaiſe qu'èlle l'ètoit généralement: C'eſt ce qu'*Ovide* remarque auſſi, *Livre* 3. *De l'Art d'aimer.*

Cui gravis odor, nunquam jejuna loquar.

Les ſenſuêls, & ceux qui écoutent peu la Raiſon, *objèctent ici que, de vivre longtems n'eſt pas une Choſe ſi fort à deſirer, & qu'on ne peut pas dire que ceux qui ont paſſé leur* Soiſſante-cinquième Année *ne languiſſent point, & ne mènent pas plutôt* une Vie mourante, qu'une Vie vivante. *Mais ces Gens-là ſe trompent groſſièrement, comme je vais le leur faire voir par moi même, en leur faiſant un Détail des* Plaiſirs, *& des* Voluptés *dont je ſuis encor capable à l'Age de* 83. *Ans où je*

me

me vois; qui ſont têls que tous ceux qui me conoiſſent me croyent véritablement heureux.

REMARQUES.

On pouroit pardonner à ceux qui diſent que, paſſé la 65ème Année il ſeroit plus à propos de quiter la Vie que d'en mener une miſérable, & acablée de diférentes Maladies; on pouroit dis-je leur pardoner, s'ils avoient paſſé leur *Jeunèſſe*, & leur *Age viril*, dans l'Eloignement de la *Débauche*, & de l'*Intempèrance*, & qu'ils n'euſſent par conſéquent éprouvé aucun de leur pernicieux Effêts. Mais combien de Gens portent dans leur *Vieillèſſe* la Peine des Plaiſirs auxquêls ils ſe ſont abandonés dans leur *Jeunèſſe*, ou leur *Age Viril?* Combien peu arivent même à leur 60ème Année? Perſonne ne l'ignore. Ceux là ſeuls peuvent èſpèrer un meilleur *Sort*, qui ont paſſé leur Vie dans les Règles ètroites de la *Sobriété:* & la Difèrence qu'ils trouveront d'un Age à l'autre, ne peut qu'être tres petite, & même imperceptible.

Le

Le *Pſalmiſte* nous dit, que *Le Terme de la Vie de l'Homme eſt de* 70. *Ans & pour les Puiſſans* 80. Ce que les Philoſophes ont ècrit des *Années Climatèriques*, ſemble s'acorder avèc ce Paſſage. Ils les apèlent auſſi *Années Scalaires*, & ce ſont les *Sèptièmes*, & les *Neuvièmes*; d'où vient qu'ils apuyent bien davantage ſur le Nombre 63. comme ètant compoſé de *Sépts*, & de *Neufs*; à ſavoir *Neuf fois* 7. ou *Sept fois* 9. qui font également 63. La *Nature* ſemble ſe plaire au Nombre 7. & l'avoir choiſi dans la Production de prèsque tous ſes *Phénomènes*. Les Maladies aigûes ont leur Criſes le 7. le 14. & le 20ème Jour; & dans les Maladies *Chroniques*, ou qui durent long-tems les Criſes arivent au 40. ou 80ème. De même la vie s'écoule par degrés de 7. en en 7. & la 70ème Année eſt comunément ſon dernier Terme, que l'on apète pour cette Raiſon *La grande Année Climatèrique*. La 81ème qui eſt un Nombre produit de *Neuf fois* 9. eſt auſſi réputée *Climatèrique*; & l'on dit que Platon mourut à la Fin de cette Année de ſa Vie. Je ſai que bien des Gens ne

conviennent pas qu'il y ait aucune *Eficacité*, ou *Influence*, dans les *Nombres*; la *Nature* ètant en èlle même unique, & individuèlle, & les Nombres ſeulement une Invention de notre Eſprit. Je voudrois néanmoins qu'on ne ſe fit pas un Capital de les mépriſer, aprês que Dieu lui même à fait toutes Choſes avec *Poids*, *Nombres*, *& Meſures*, & qu'ayant obſervé le *Nombre Six* pour créer l'*Univers*, ils s'eſt repoſé le 7ème *S. Auguſtin* a ècrit avèc beaucoup d'Elégance ſur le *Nombre Six*. *Lib.* 11. *De Civ. Dei.* Il dit que „ ce *Nombre* eſt parfait, ètant „ compoſé de lui même, & de ſes pro„ pres Parties; c'eſt àdire de ſa *Sixième* „ & de ſa *Troiſième* Partie, & de ſes deux „ *Moitiés*, qui ſont *un*, *deux*, & *trois*, „ ou *une fois Six*, *deux fois trois*, & „ *trois fois deux*, qui ſont tous des Nom„ bres parfaits. Dieu donc, dit ce grand „ Homme, a choiſi le *Nombre Six*, ou „ de *Six* Jours, pour l'employer à créer „ le *Monde*, & ce *Nombre* eſt la *Raci„ ne* de tous les autres qu'on apèle *Par„ faits*, hors celui de *Cent*: & ainſi „ *Dieu* ètant tres parfait, il a voulu „ que le *Monde*, comme une Choſe par-

faite,

„ faite, fut crée en *six Jours*, qui eſt „ une nombre parfait.

Je me porte parfaitement bien, & je ſuis encore aſſés agile pour monter aiſément à Cheval, ſans l'Aide de Perſonne, ou de quèlque choſe que ce ſoit; & pour monter non ſeulement les Montées d'une Maiſon, mais les plus hautes Montagnes à Pié. Je ſuis toujours Gai, Content, & de bonne Humeur. La Joye, & la Tranquilité ſe ſont emparées de mon Cœur, & en ont chaſſé toute ſorte de Chagrin, ou d'Embaras. Je ne puis donc pas m'ennuyer d'une Vie que je paſſe avèc tant d'Agrément. J'ai ſouvent Ocaſion de m'entretenir avèc des Perſones du Premier Rang, ſoit par leur Eſprit, & leur Sience; ſoit par la Douceur de leur Mœurs, & leur Vertu. Lorſque je n'ai pas ces Ocaſions, je lis quèlque Livre ſavant; je compoſe, & je cherche dans tout ce que je fais à me rendre utile aux Autres, autant que mes Forces me le permètent. Je fais tout cela pour ma propre Satisfaction, dans le Tems le plus comode, & ſans ſortir de chés moi. Ma Maiſon, outre qu'èlle eſt ſituée dans le plus bèl Endroit de

cette agréable, & savante Ville, (il entend Pedoue) *est encore aussi bèlle, & aussi comode en elle même qu'il y en ait dans ce Siècle-ci: car je ne l'ai pas seulement bâtie avèc Plaisir, & selon les Règles de l'Architècture, mais j'ai encor tâché de la rendre autant inaccèssible aux grandes Chaleurs, qu'à la Rigueur du Froid. J'ai de beaux Jardins, agréablement diversifiés, & baignés d'une bèlle, & claire Rivière qui passe à côté: ce ne sont pas de médiocres Charmes pour moi. Je passe quèlques Mois de l'Année sur le Panchant d'une Coline dans nos Montagnes Voisines; & j'ai là des Fontaines, des Bois, des Jardins, & une Maison tres jolie, & tres commode.*

REMARQUES.

L'*Auteur* s'étend assés au long sur les Plaisirs dans lesquels il passe sa Vieillèsse; à savoir, la Lècture, l'Etude, la Chasse, les Bâtimens; tantôt en Ville, tantôt à la Campagne parmi les Montagnes, où il s'ètoit bâti une bèlle, & agréable Maison. C'est ainsi que parle ce Vieillard dans *L'Eunuque de Térence Act.*

Act. 5. „Ma Maiſon de Campagne me „donne cette Satisfaction, que je ne „ſuis jamais dégouté, ni de la Ville, „ni des Champs, auſſi-tôt que je com„mence à m'ennuyer je change de Lieu. Ce Sage Vieillard ne pouvoit choiſir des Campagnes, & des Colines plus délicieuſes, que ſont cèlles du Voiſinage de Padoue, ni une Ville plus illuſtre que cèllè-là, qui eſt le véritable Domicile des Muſes, comme de toutes ſortes de Vertus : & il n'eut pu ſatisfaire ailleurs ſon Goût, & ſon Génie, qui le portoient à la Fréquentation des Hommes les plus illuſtres en toutes Sortes de Siences. La 83ème. Epitre de *Sènèque* mérite certainement d'être lue, non ſeulement parce qu'èlle eſt tres élégante, mais parce qu'èlle vient ici tres à propos. Ce Sage Vieillard raconte à *Lucilius* quèlles ètoient ſes Ocupations dans cet Age avancé ; de quél Régime de Vie il uſoit, & de quèlle Manière il partageoit ſon Tems entre pluſieurs ſortes d'Etudes, de Divertiſſemens honêtes, & d'Exercices tant de Corps que d'Eſprit, & uſant toujours d'une Sobriété èxtrème dans ſon *Boire*,

& dans ſon *Manger*. „Du pain ſec, dit-„il ; & un Diner ſans Table, aprês „lequèl on n'a pas beſoin de ſe laver „les Mains. Nous avons auſſi une Epigrame fort agréable dans *Martial*, qui vient tres bien ici.

Rure morans quid agam, reſpondeo pauca rogatus,
Luce Deos Oro, famulos poſt, arva reviſo,
Partibus atque meis juſtos indico labores,
Inde lego, Phœbumque cio, Muſasque laceſſo,
Hinc oleo corpus frico, mollique palæſtra
Stringo libens, animo gaudens, ac fœnore liber,
Pondero, poto, cano, ludo, lavo, cano, quieſco,
Dum parvus lychnus, modicum conſumit olivi
Hæc dat nocturnis mox lucubrata Camœnis.

„Si l'on me demande ce que je fais à „la Campagne, je répondrai en peu de „Mots. Le Matin j'invoque les *Dieux*,

„je

„je visite mes Domèstiques, & mes „Champs, je distribue à ma Famille „les Emplois que chacun doit avoir „pendant la Journée. Je lis ensuite, je „m'aplique à l'Etude, ou à fatiguer „*Apollon*, & quelque *Muse*. Delà je me „fais froter d'huile, & je passe quèlque „Tems avec une Liberté, & une Gaye„té d'Esprit égales, ou à luter modé„rement, ou à quèlqu'autre semblable „Exercice. Libre que je suis de Cha„grin, & de Dètes, je pense à ce que „je fais; je bois, je chante, je joue, „j'entre dans le Bain, je soupe, je me „repose; & pendant que ma Lampe „me consume un peu d'huile, si je „compose alors quelque chose de meil„leur, c'est aux Muses de la Nuit que „je le dois.

J'ai une autre Maison de Campagne située dans une Plaine, qui est aussi tres bèlle, d'autant que plusieurs Chemins Viennent s'y rendre, & forment une Place fort large, dans le Milieu de la quèlle on a bâti une Eglise assés passablement fréquentée, vu sa Situation. La Rivière Brenta *passe tout aupres; & des deux*

Côtés on voit des Campagnes à Perte de Vue, également fertiles, bien cultivées, & remplies d'Habitans. Cet Endroit étoit bien difèrent autrefois de ce qu'il eſt aujourd'hui: ce n'étoit alors qu'un Marais mal-ſain, & plus propre pour des Bêtes que pour des Hommes. Mais j'en ai détourné toutes les Eaux, déſſèché le Terrein, rendu l'Air ſain, & pur; & par-là j'y ai fait venir des Hommes, qui y ont bâti des Maiſons, s'y ſont établis, & enſuite fort bien trouvés. C'eſt ainſi que ce Lieu-là eſt devenu ce qu'il eſt aujourd'hui; en ſorte que je puis dire que j'ai érigé un Temple *à* Dieu, *& que je lui ai donné des Peuples qui l'adoraſſent; & ce ſouvenir me donne de la Joye, & une Satisfaction toujours nouvèlle. Je fais, outre cela, tous les Ans, quèlque petit Voyage, & je vais à quèlque Ville Voiſine, voir mes Amis, & converſer avèc eux. Je ne manque point de m'informer des habiles Gens dans tous les Métiers, Arts, ou Profèſſions, & de leur rendre Viſite: ſurtout, aux Architècles, Peintres, Sculpteurs, Muſiciens; & à ceux qui s'adonnent à l'Agriculture, qui ſont tous en aſſés grand Nombre dans ce Siécle-ci. Je re-*

*regarde leurs Ouvrages, je les èxamine, je les compare avec ceux de l'*Antiquité; *& je découvre toujours quèlque Choſe anſſi agréable que nouveau. Je vais voir les Palais, les Jardins, les* Antiquités, *les Lieux Publics, les Egliſes, les Arſenaux: enfin je n'omêts rien qui puiſſe me donnes quelque Plaiſir, ou m'aprendre quèlque Choſe. Je trouve encor une Satisfaction inèxprimable, en allant, & venant, de conſidèrer la Beauté des Pèïſages, leur différens Points de Vue les plaines d'un Côté, les Colines de l'Autre; de bèlles Rivières d'un Autre; & enfin les Maiſons Charmantes, & les Jardins délicieux que l'on découvre près-que partout. Que l'on ne s'imagine pas que mes Sens afoiblis ſoient moins capables de goûter ces Plaiſirs: car mes Sens ſont encor tout auſſi vifs, & auſſi parfaits, que je me ſouvienne de les avoir eu; & particulièrement le* Goût: *de ſorte que la Nouriture la plus ſimple, me flatte à préſent davantage dans quèlque Endroit que je me trouve, que ne feſoient autrefois les Délicateſſes les plus recherchées, pendant j'ètois tout adonê aux Voluptés, & aux Plaiſirs Senſuêls.*

Le Changement de Lit *ne me fait aucune Peine ; je dors partout tranquilement: & s'il m'arive d'avoir des Songes endormant, ils ſont toujours agréables. Mais ſi quèlque Choſe me fait Plaiſir, c'eſt ſans doute de voir, que le Dèſſein de rendre propres au Labourage tant de Terres auparavant incultes, & inhabitées, qu'à ma Suggèſtion, & par mon Avis, on a entrepris au grand Avantage de cette* République, *réüſſit auſſi heureuſement qu'il fait. J'ai été l'un de ceux qui furent Députés pour l'Exécution de ce* Projèt ; *j'ai demeuré dans ces Lieux Marècageux deux Mois entiers, dans les plus grandes Chaleurs de l'Eté, ſans néanmoins en avoir reſſenti la moindre Incomodité : ce que je ne puis m'empêcher d'atribuer à ma* Tempèrance, *& à la* Vie ſobre, *& règlée, que je menois; dont la* Vertu, *& les bons Efêts m'acompagnoient incèſſamment.*

REMARQUES.

L'*Auteur* s'aplaudit ici, tant ſur les Utilités dont il a été à la *République*, que ſur les Avantages qu'il s'eſt procuré

à

à lui même dans un Age que d'autres apèlent la *Lie* de la Vie. Il dit que par ſon Aplication à l'Etude de l'Agriculture, il a ſu réparer le Domage que les Procês, & d'autres Accidens avoient cauſe à ſa Maiſon, & principalement pluſieurs Lieux incultes, & des Marècages inhabitables, qu'il dit avoir déſsèché, rendu propres au Labourage, & autre Culture; rempli d'Habitans enfin, pour la Comodité desquêls il y bâtit une Egliſe. C'eſt ſans doute un Ouvrage digne des *Grans Hommes* de déſsècher les Marais, & les Lieux qui ſont remplis d'Eaux en Hiver, & exhalent en Eté une Puanteur noire, & pernicieuſe; & de détourner leurs Eaux d'un autre Côté. Les *Romains* ètoient acoutumés à ces ſortes de Travaus, & *Tite Live* fait mention des *Marais de Pont* déſsèchés ainſi par *Marc Lepide*. Oütre que cela purifie l'Air, il eſt certain que la Récolte en eſt bien plus abondante, & les Vivres à meilleur marché, plus il y a de Terres enſemencées, & d'Hommes qui les cultivent. Mais comme il n'y a rien qui n'ait auſſi ſon Incomodité; quèl-

que bon, & utile qu'il ſoit d'ailleurs; ſi on déſsèche ces Endroits en conduiſant les Eaux par des Canaux faits exprês dans quèlque Rivière voiſine, il s'enſuit tres ſouvent de grans Débordemens ; parce que l'on a detruit par là, les Réceptacles de ces Eaux, & les Canaux qui les détournoient du Lit de ces Rivières, qui ne pouvant plus porter une ſi grande Quantité d'Eaux, paſſent par deſſus leur Digues naturèlles, & ſortant même de leur Lit, vont ſe répandre ſur les Terres qui l'Environent jusqu'à une Diſtance ſouvent tres conſidèrable. Ce fut ainſi qu'autre-fois, le *Rhin* que nous avons en *Italie*, & qui ſe dechargeoit dans le *Pô*, s'ètant débordé, inonda les Campagnes de *Boulogne*, & de *Ferrare*, & ſe fit un Paſſage à travers le Territoire de *Ravennes*, pour aller ſe rendre, & ſe décharger dans la *Mer* ; qui eſt le Chemin qu'il tient encor aujour d'hui. Lorsque ceux de *Boulogne*, & de *Ravennes*, voulurent faire des Inſtances pour qu'on rendit à cette Rivière ſon Premier Cours dans le *Pô*, *Hercules Second* Duc de *Ferrare* n'y voulut jamais con-

conſentir ; de peur de trop gonfler ce Fleuve, en lui donant plus d'Eaux qu'il n'en pouvoit contenir : content, diſoit-il, que le *Roi des Fleuves* portât ſes Eaux avèc moins de Faſte jusque dans la *Mer*, & ayant peu de cette Vanité du Sénat *Romain* qui ſur la Propoſition qu'on agitoit, ſi on detourneroit toutes le petites Rivières qui tomboient dans le *Tibre*, opina, „Qu'il ne faloit rien dimi-„nuer de la Pompe avèc laquèlle ce „Fleuve portoit ſes Eaux; en coupant „le Cours à tant de Rameaux qui lui „en fourniſſoient une Partie ſi conſidè-„rable.

On èſpère, outre cela, de voir comencer, & achever, un Autre non moins conſidèrable Ouvrage pour la Conſervation de notre principal Canal, *ce* Boulevart *merveillenx de ma chère Patrie; de la quèlle Conſervation je puis dire, ſans me vanter, que j'ai donné les Premières* Idées, *comme j'en ai trouvé, & ſouvent propoſé* Moyens *à la* République, *tant de vive Voix, que dans mes Ecrits.*

REMARQUES.

C'eſt avec Raiſon que l'*Auteur* apèle ces *Canaux* qui ſont un Ornement ſi conſidèrable de cette *Reine de la Mer Adriatique*, ſes *Boulevars*; qui quoique *Fluides*, ſont néanmoins plus *Solides* que n'ont jamais été les Murailles de *Rome*, quèlques hautes qu'elles fuſſent. Car il n'y a que cette ſeule Ville-là qui ſe puiſſe vanter de n'avoir jamais vu les viſages farouches d'aucuns Ennemis, menaçer de l'aſſiéger; comme ont fait *Rome* autrefois, & *Vienne* depuis peu. Que ſi quèlques Envieux de la Proſperité de *Veniſe*, ont voulu la détruire ils ne l'ont tenté que de loin, & avec des Eforts, auſſi foibles, qu'inutiles. Quant aux Conjèctures que quèlques Perſonnes veulent apuyer d'Argumens raiſonnés; à ſavoir, qu'il arivera aux *Vénitiens* ce qui eſt arivé à *Ravennes*, & qu'à la ſuite des Tems, & après peut-être pluſieurs Siècles, ils ſeront joints au Continent; je ne m'y arète pas beaucoup: cela arivera ſans doute, lorsque,

Omnia

Omnia ——— ——— ———
Exitio dabit una dies, multosque per annos
Sustentata ruet moles, & Machina Mundi.

„ Un seul Jour mètra Fin à toutes Cho-
„ ses ; & que la Machine du Monde,
„ & cet Univers, après avoir subsisté
„ tant de Siècles, seront enfin dissous,
„ & confondus dans le *Neant*.

Mais l'*Auteur* ne dit pas ce qu'il fit, ou ce qu'il proposa de faire, pour maintenir la Profondeur de ce *Canal*, pour la Comodité de la Navigation, & du Comerce avec les Pèis voisins. Je suis assés porté à croire, que ce ne pouvoit être autre chose que de détourner le Cours des Eaux, & des Rivières, qui ne servent pas à la Navigation ; & de les empêcher d'entrer dans celles qui y servent, de peur que le trop grand Amas de Sable que ces Eaux aportent avèc èlles, ne vînt à boucher l'Entrée des Ports : ou du moins, de saigner ces Rivières-là, par des Canaux faits exprès, pour afoiblir leur Cours, & diminuer

leur

leur Rapidité, en diminuant leurs Eaux: C'eſt ainſi que l'An. 1611. on comença, par l'Ordre des Magiſtrats prépoſés aux Eaux, un grand Canal depuis la Rivière *Medoac*, & à Endroit apelé *la Mira*, environ douze Milles de *Padoue*, & qui s'étend jusqu'à la Longueur de 25. Milles, ou environ. Cepandant *Benoît Caſtel de Breſſe* Mathématicien du Pape *Urbain* VIII. non ſeulement n'aprouve pas cette Manière de détourner ainſi les Eaux, pour maintenir les Ports, & empêcher qu'ils ne ſoient bouchés par les Sables; mais même daus ſon ſavant Ouvrage, *De la Meſure des Eaux Couranies*, il la désaprouve abſolument; & il fait voir par des Raiſons três claires, & três fortes, que les Rivières qui s'écoulent, & ſe déchargent dans la *Mer*, ſans Violence, ou Impétuoſité, laiſſent à leur Embouchûre beaucoup plus de Sable que les Autres; & qu'ainſi il faudroit plutôt faire entrer des Eaux dans ces Rivières, ou Fleuves, & les augmenter; afin que l'Impétuoſité, & la Rapidité avèc laquèlle ils ſe précipiteroient dans la *Mer*, augmentant auſſi, ils ſe formaſſent à eux mêmes com-

comme un Canal à travers les Sables de la *Mer*, & rompiſſent même pour cet Efèt, ceux qu'èlle y pouroit jeter ſur leur Paſſage dans un Tems, ou dans un Autre. C'eſt ce que démontrent aſſés clairement les grans Fleuves, qui apres avoir traverſé avèc une Rapidité èxtraordinaire un Eſpace prodigieux de Pèïs diffèrens, portent cette Fureur encor toute entière jusque bien avant dans la *Mer*, & ſemblent n'y entrer que pour lui faire la Guerre, & non pour lui porter un Tribut. C'eſt ainſi que Virgile nous répreſente le Fleuve *Eridan* (aujourd'hui le *Pô*) dans le 4ème Livre de ſes *Géorgiques*.

—— —— *Non alius per pinguia culta*
In Mare purpureum violentior influit amnis.

Ce que Le Taſſe a tres élégamment rendu ainſi;

Che con più corna Adria reſpinge, e pare
Che guerra porti, e non tributo al mare.

Et un Poëte François.

Ses Regars peu touchés d'un Pèïs tout charmant
Ne peuvent s'arèter même pour un Moment

Il

Il court; & pour Tribut abandonant la Terre,
Dans le Sein de Thétis il va porter la Guerre

Ce ſont-là les Plaiſirs, & les Agrémens de ma Vieillèſſe ; & je crois qu'une tèlle Vieillèſſe eſt véritablement à préférer à toute autre, & même à la Jeunèſſe ; puisque par le Moyen de la Vie Sobre, *& avèc l'Aide de* Dieu, *ſe trouvant dégagée, tant des Peines, & des Troubles de l'Eſprit, que des Maladies, & des Infirmités du Corps, èlle n'eſt nullement ſujète à toutes ces Incomodités que nous remarquons dans un ſi grand Nombre de Jeunes Gens, ou de vieillars languiſſans. Mais une autre Preuve de l'èxcèllente Diſpoſition de mon Eſprit, & de mon Corps, eſt, qu'à l'Age où je ſuis de* 83. Ans, *j'ai compoſé une agreable* Comédie *remplie de Sèl, de petites Satires ; & de bons Mots, où la Pudeur nèanmoins, & la Bienſiancè, ſont toûjours conſervées ; mais qui cepandant n'ont guère été juſqu' ici que des Productiens de Jeunes Gens, comme leur convenant mieux en èfet, à cauſe de la*

Ga-

Gayeté, & de la Variété des Caractères, & du Sujet: au lieu que les Vieillars ſe ſont prèſque toûjours adonés à compoſer des Tragédies, *à cauſe de la Triſteſſe, & de la Gravité des Evènemens qui doivent entrer dans ces Pièces. Si on donne tant de Louanges à un* Grèc, *pour avoir à* 73. Ans *mis une Tragédie ſur le Téâtre; & ſi on à jugé qu'il avoit encor l'Eſprit ſain, & le Jugement ſolide; Pourquoi me refuſera-t-on la même Juſtice; & ne me croiroit-on pas, ou auſſi heureux, ou auſſi ſain d'Eſprit, & de Jugement, moi, qui plus Agé que lui de* dix Ans, *ai fait une Comedie.*

REMARQUES.

Notre *Auteur* revient aux Louanges que mérite la *Vie Sobre*, & il inſiſte ſur la Propriété qu'èlle a de maintenir l'Eſgrit libre de toutes Paſſions. Ce qui paroît tres conforme à la Raiſon; car lorsqu' on eſt acoutumé à la *Tempèrance*, il faut néceſſairement que les Humeurs ſoient ſi bien tempèrées entr' èlles, & ſurtout la *Bile*, & la

Mé-

Mélancolie, qu'èlles n'ayent point d'Ocaſion de combatre l'une contre l'autre, & d'èxciter des Tumulte, dans le Corps, ou dans l'Eſprit. Nous avons déja parlé des grans Inconvéniens qui arivent aux Corps par les Paſſions de l'Ame. On peut encor lire ſur ce Sujèt, l'èxcèllent Ouvrage que Mr. *Schelamer* premier Profeſſeur dans l'Univerſité de *Kiel*, à ècrit ſur les Paſſions de l'Eſprit Humain. L'*Auteur* fait enſuite un Détail tres particulariſé des diffèrens Plaiſirs qu'il Goûte dans ſa Vieillèſſe, & des Ocupations agréables dans lesquèlles il paſſe ſon Tems.

*Pour qu'il ne manque rien à la Félicité de ma Vie dans l'Age avancé où je ſuis, je me vois tous les Jours, & à tous Momens environé d'une Eſpèce d'*Immortalité *dans la Poſtèreté que je laiſſe aprés moi. Lorſque je rentre chés moi j'y trouve onze Petits Neveux, & Nièces, tous Enfans d'un même Père, & d'une même Mère; tous en parfaite Santé; & tous, autant que je le puis conjècturer, auſſi propres, & auſſi adonés aux Siences, qu'aux bonnes Mœurs.*

Je

Je me plais à les entendre chanter; & je chante ſouvent avec eux, ayant la Voix, & plus claire, & plus nètte que je ne l'ai jamais eu dans ma Jeunèſſe. Il eſt facile de juger de tout ceci, que la Vie que je mène à mon Age, loin d'être une Vie triſte languiſſante, & morte, en eſt une au contraire joyeuſe, agréable, & vivante. Auſſi eſt-il certain, que ſi j'avois la Libertè du Chois, je ne changerois pas mon Etat, & mon Age, pour la Jeunèſſe de ceux qui n'écoutent que leurs Apétits ſenſuêls, *de quèlque bon Tempèrament, & quèlque robuſtes qu'ils ſoient d'ailleurs. Ils ſont tous les Jours trop èxpoſés à mille ſortes des Maladies, & de* Morts, *dont l'Expèrience que j'en ai faite moi-même autrefois, pendant que j'ètois Jeune, & ce que je vois encor ariver tous les Jours dans les Autres, ne me laiſſe aucun Lieu de douter. Je conois les Imprudences de cet Age là, la Chaleur & la Vivacité l'emportent; la Sufiſance, la Préſomption, le Manque d'Expèrience, l'Erreur où l'on eſt qne l'on eſt que l'on eſt capable de tout entreprendre, & de réüſſir dans tout, l'aveuglent, & le rendent incapable d'écou-*

ter

ter les Avis des Sages. *Les Jeunes Gens l'èxpoſent ſans Réflèxion à toute ſorte de Périls. Non ſeulement ils n'écoutent pas la* Raiſon; *mais ils la ſoumètent au Gouvernement des* Sens, *& de la* Concupiſcence. *Ils cherchent en tout à ſatisfaire leur Deſirs, & ne prennent pas garde, (les Malheureux qu'ils ſont!) que par cette Conduite ils ſe précipitent dans des Maladies ſans Nombre, & ſe livrent ſouvent à des* Morts prématurées; *dont tout-à-fait l'un n'eſt pas moins amer à ſuporter, que l'Autre eſt terrible dans ſes Conſéquences.* La Mort *eſt terrible à ceux qui ſe livrent tous entiers à la* Chair, *& aux* Sens: *Elle l'eſt bien davantage aux Jeunes Gens, à qui il paroît ſi dur, & comme le dernier des Malheurs de mourir ainſi devant le Tems. Mais avèc quèlle Horreur ne ſe préſente-t-èlle pas aux Yeux de ceux qui conſidèrent, de combien de Péchés ils ont été coupables dans le Cours de leur Vie; & qui voyent que la* Juſtice Divine *léve enfin le Bras pour en prendre Vangeance durant une* Eternité.

Il en eſt tout au contraire de moi: je ne crains aucun de ces Maux. Je n'a-

pre-

prehende point les Maladies; je ſai que je ne puis facilement tomber dans aucune; en ayant, comme j'ai fait, coupé toutes les Racines, *par l'heureuſe* Sobriété *dont j'ai toujours uſé, depuis que je l'ai eu une fois entrepris. J'enviſage la* Mort *ſans Frayeur, parce que tant d'Années que j'ai vècu m'ont apris à me ſervir de ma* Raiſon. *D'où vient que je ne crois pas ſeulement qu'il eſt inutile, mais même honteux, de craindre ce qui ne ſe peut éviter: & j'èſpère qu'ètant arivé à ce Moment, je ne ſerai point abandoné de mon* Sauveur Jeſus Chriſt; *& que ſa Grace viendra me remplir de Conſolation.*

De plus, je ſuis certain que ma Fin eſt encor fort éloignée. Je ſai que, ôté les Accidens imprévus, je ne puis mourir que par la Réſolution *ou* Defaillance *générale de la* Nature: *parce que j'ai fermé, par ma* Tempèrance, *tout autre Paſſage à la* Mort. *Douce ſans doute, & heureuſe, eſt la* Mort *qui arive par cette Voye-là! La* Nature *ſeule ayant formé les Nœus de notre* Vie, *ſait la Manière de les rompre, & de le faire avec le plus de Douceur. Une tèlle*

Mort

Mort *n'arive ordinairement qu'aprés une tres longue Suite d'Années, & par le Moyen d'une Foiblèſſe èxtrème ; parce que peu-à-peu, & aprés un Long-Tems, les Hommes ſont enfin réduits à ne pouvoir plus marcher ; ils ne raiſonnent méme qu'avèc Dificulté ils deviennent Aveugles, Sourds, Courbés : & par la* Miſéricorde *de* Dieu, *je me vois encor bien éloigne de cet Etat-là. Je crois que mon Ame, qui ne trouve dans la Diſpoſition de mon Corps, que Paix, & Concorde ; ſoit au* Dehors, *de la Part des Hommes ; ſoit au* Dedans, *de la Part des* Sens, *& de la* Raiſon ; *ne le quitera pas aiſément, & que méme il faudra pluſieurs Années pour l'en tirer. D'où je crois pouvoir inférer qus je vivrai encor long-tems en bonne Santé, & dans la Jouiſſance de la Vue des Beautés de ce* Monde; *dans l'Atente des mêmes Choſes dans l'Autre, avèc la Grace de mon* Sauveur ; *& je fonde de tèlles Eſpèrances ſur la Sainté Habitude de la* Vertu, *& de la* Tempèrance, *auxquèlles je me ſuis adoné : m'étant toujours rendu autant ami de la* Raiſon, *qu'Ennemi des* Sens, *& des* Apétits *dérèglés : ce que tout*

*tout autre que moi fera auſſi, lorsqu'il voudra bien vivre d'une Manière qui convienne à l'*Humanité.

Il me rèſte à préſent, la Vie Sobre *ètant une Choſe ſi douce, ſi agréable, ſi facile à aquerir, ſi certaine, & ſi conſtante dans ſa Durée; d'avertir, exhorter, & prier ceux qui ont du Jugement, & de la* Raiſon, *qu'ils reçoivent donc à Bras ouverts un ſi riche* Tréſor. *Car c'en eſt un en èfet, d'autant plus précieux, plus digne d'être aimé, recherché, poſſédé de tout le Monde, qu'il ſurpaſſe toutes les autres Richèſſes, ou Félicités de la Terre; en ce qu'il nous procure la Jouiſſance d'une Santé parfaite durant une Vie longue, qu'il nous donne lieu d'èſpèrer.*

C'eſt un Tréſor *que la* Vie Sobre, *& tempérée; puisque véritablement èlle eſt agréable à* Dieu, *Amie de la* Nature; Fille *de la* Raiſon; Sœur *de la* Vertu; Compagne *de la* Modèration; *modèſte, noble, charmante, contente de* Peu, *règlée, & diſtinguée par un Nombre de Fonctions toutes diférentes.*

REMARQUES.

Quèlle eſt la Raiſon dans la *Nature*, pourquoi les grans Pères, ou grans Oncles ſont plus tendres pour leur petits Enfans, ou Neveux, que même leurs propres Pères, & Méres; & que cette Tendrèſſe eſt encor plus forte, plus ces Bonnes Gens ſont avancés en Age; en ſorte qu'on les voit ſouvent ſauter, jouer, pleurer, avec ces Enfans, & leur être beaucoup plus indulgens lorsqu'ils font quèlque choſe qui mérite Corèction? Eſt-ce que, comme on le dit ſouvent, les Vièillars redeviennent Enfans, ou qu'ayant ainſi de petits Enfans, ou Neveux; & ètant à cèt Age-là libre de toutes Sortes de Soins; ayant abandonné la Conduite des Afaires Domèſtiques à de plus Jeunes Têtes, ils ſont plus ſouvent à la Maiſon; ils embraſſent, & voyent ces Enfans plus ſouvent; & ont par-là toujours devant leurs Yeux l'Eſperance de vivre, même aprês leur Mort, dans cette Poſtérité qui perpétue leur Famille?

L'*Au-*

L'*Auteur* raconte quèl ètoit le Plaiſir que lui cauſoit la Vue d'onze *Neveux* qu'il avoit, tous nés d'un même Père, & d'une même Mère, & dont le Pere ètoit ſon propre Frère; ayant, quant à lui, toûjours vècu *Garçon*. Il ajoute qu'il jouoit avec eux, dançoit, & autres choſes de cette Nature qui conviennent à des Enfans, qu'il feſoit. Il diſoit ſouvent, que les Enfans jusqu'à cinq Ans ètoient de Véritables petits Boufons. On lit dans *Ptolomée*, *Lib.* 8. *Commentar.* que le Roi *Maſſiniſſa*, au lieu de jeunes Animaux, Chiens, Chats, ou Singes, auxquels tant de Perſones ſe divertiſſent, avoit toujours à ſa Cour pluſieurs petits Enfans qu'il feſoit élever. Il les renvoyoit à leur Parens au bout de trois Ans, & les remplaçoit avec d'autres plus Jeunes, & ainſi de ſuite. En Vérité, je crois que ce devoit être un Plaiſir extrême pour lui, & un grand Divertiſſement, de voir tant de petits Enfans, tous à-peu-prês d'un même Age, jouer enſemble, crier, ſe battre quèlque fois; & de s'ocuper à regarder leurs petits Tours, & les Artifices dont ils

s'aviſoient pour venir à leurs Fins, dans ce Tems que d'autres Princes donnent à regarder, ou entendre, des Bouffons, des Fous, ou autres Gens de pareille *Etofe*, véritable Rebut de l'*Humanité*. *Socrate* ce Philoſophe ſi célèbre, n'avoit pas Honte de jouer publiquement avec des Enfans, ſi nous en croyons *Sènèque*, *De Tranquill. Ani.* & on dit, que ce n'ètoit pas ſeulement pour ſe ſoulager l'Eſprit qu'il le feſoit, mais que c'ètoit encor pour avoir Ocaſion de raiſoner, & de tirer ſes Conjèctures; en conſidèrant, & pour ainſi dire, devinant quèl ſeroit le Génie, l'Eſprit, & les Mœurs, d'un tel, ou d'un tel Enfant. Notre *Auteur* nous dit, qu'il feſoit la même Choſe, & qu'il y prenoit un Plaiſir extrême. Lorqu'il voyoit ſa Table entourèe de ſes Onze *Neveux*, & *Nièces*, il raiſonoit, & conjecturoit de leur Air, de leurs Paroles, de leur Réponſes, qui d'Eux tous ſeroit propre, aux Armes, aux Charges de la *République*, à l'Egliſe, ou à la Religion.

De là, comme d'une Source pure, viennent la Santé, la Gayeté, l'Induſtrie, l'Etude des bonnes Choſes, & toutes les Actions que produiſent de Bonnes Mœurs, *& un Eſprit qui chérit l'Ordre, & la Règle dans toute ſa Conduite. Les Lois Divines, ou Humaines, la favoriſent. La Plénitude, l'Indigèſtion, la Crapule, les Humeurs ſuperflues, les Vapeurs nuiſibles, les Incomodités, les Fièvres, les Douleurs, les Dangers de* Mort, *tout cela fuit devant èlle, & n'oſe l'aprocher. Elle atire par ſes Charmes les Eſprits génèreux; èlle répond à tous d'une douce, & longue* Vie, *dans une Santé parfaite; èlle promèt des Victoires faciles, ſur tous les Inconvéniens; & comme des* Sauve-Gardes, *contre la Fin précipitée de cette méme* Vie; *tant à l'egard du Vieux, que du Jeune; du Pauvre, que du Riche; de l'Homme, que de la Femme. Elle enſeigne aux Riches, la Modèſtie; aux Pauvres, l'Epargne; aux Hommes, la Continence; aux Femmes, la Chaſteté; aux Vieillars, à éloigner le Tems de leur Mort; aux Jeunes enfin, à s'aſſurer l'Eſpéran-*

pèranee d'une Vie *ſaine, robuſte, & longue. La* Sobriété *purifie les Sens rend le Corps Agile; l'Entendement vif, les Mouvemens libres, les Actions promtes. Par ſon Moyen, l'Ame, comme déchargée du Poids des Choſes Tèrrèſtres, goûte par avance les Douceurs de ſa Liberté future. Les Eſprits coulent avec Facilité, & avec Douceur dans les Artères, comme le Sang dans les Veines. Une Chaleur agréable, & modérée, a des Efêts qui lui reſſemblent. Enfin toutes nos Puiſſances, & & toutes nos Facultés obſervent un Ordre, & une* Harmonie, *que rien ne peut déranger, ou détruire.*

REMARQUES.

L'*Auteur* raporte encor ici pluſieurs Avantages que procure la *Vie Sobre*, & les Maux qu'èlle prévient. J'y remarque ſeulement un Mot, ou deux, qui ne s'acordent point du tout avec le Sentiment des Mèdecins d'Aujourd'hui. Car il dit, que dans les Corps qui vivent d'une Manière ſobre, & règlée, *Les Eſprits coulent avec Facilité, & Douceur*

ceur, dans les Artères, comme le Sang dans les Veines. C'eſt à la Vérité le Sentiment d'*Eroſiſtrate* qu'il ſemble épouſer; en inſinuant que les Eſprits coulent par les Artères, & le Sang par les Veines: mais *Galien* eſt entièrement contraire à cette Opinion dans ſon Traitè intitulé. *Quod Sanguis in arteriis naturâ contineatur.* Le Sang n'eſt pas ſeulement renfermé dans les Artères; mais il y coule avec une tres grande Rapidité, & continuèllement. C'eſt ce qui ſeul nourit les Parties; & ce qu'il y a de Rèſte, aprês que les Parties ont ce qui leur eſt nécèſſaire, retourne au Cœur par les Veines; ſi l'Ordre de la Circulation n'eſt point une Idée fauſſe, comme èfèctivement ce n'en eſt point une; puis qu'au contraire, elle ſaute au Yeux. Mais les Anciens l'ont abſolument ignorée, & nous n'avons la premiére Obligation qu'à *Hervey*, le *Démocrite Anglois*, de l'avoir publiée, aprês qu'il l'a eu puiſée dans ces deux èxcèllentes Sources, *Aquapendens*, & *Paul Sarpe*, tous deux Profèſſeurs à Padoue; qui en avoient fait tant d'Expèriences dans toutes Sortes d'Animaux. *O mil-*

O mille fois Sainte, & Innocente Sobriété! *ſeule Conſolation, ſeul Refuge, de la* Nature; *ſeule Mère tendre de la* Vie Humaine; *ſeule Mèdecine véritable, tant de l'Eſprit, que du Corps! Quèlles Louanges ne mérites-tu pas que les Mortels te donnent! Avec quèlle Tendrèſſe, quèlle Affèction, quèlle Promtitude ne devroient-ils pas tous t'embraſſer; puis que ſeule tu leur fournis les Moyens de conſerver les deux plus grans Biens dont ils jouiſſent ſur la Terre; je veux dire la* Vie, *& la* Santé! *Qu'ils ſeroient heureux, (& plût à* Dieu *qu'ils vouluſſent l'être!) s'ils avoient toûjours devant les Yeux les Avantages ſans Nombre, & les Biens que tu leur peux faire; à ceux particulièrement, qui engagés à mener une Vie ſainte, & ſpirituèlle, dans les Monaſtères, s'adonent à l'Oraiſon, & à la Meditation! Combien par la rendroient-ils, Eux, & leurs Actions, plus agréables à* Dieu; *s'ils n'avoient d'autre Aplication que celle de ſuivre tes Règles! De quèl Ornement ne ſeroient-ils pas au Monde, & à l'Egliſe de* Jeſus Chriſt! *Ils ſeroient Véritablement des* Saints *ſur la* Terre; *comme ètoient les Anciens Hermites,*

mites, les Religieux, & les Evêques; qui outre la Vie Spirituèlle, *s'atachoient encor à une rigoureuſe* Sobriété.

De même que Ceux-là par le Moyen de leur Tempèrance, *prolongeoient leur* Vie *jusqu'au delà de* Cent Ans, *& feſoient pluſieurs Miracles; Ceux-ci ſous la Conduite du même Guide pouroient en retirer les mêmes Avantages, & la même Gloire. Ils ſeroient encor outre cela Sains, Contens, Gays; aulieu que pour la Plus-Part, ils ſont Maladifs, Mélancoliques, Inquiets, & Mécontens de leur Etat. Ils diſent à la Vérité, que* Dieu *leur envoye ces Maux pour les èxercer, ou pour Pénitence de leur Péchés: mais je crois que c'eſt une pure Illuſion: & je ne puis m'imaginer, que* Dieu *veule que l'Homme qu'il chérit, qu'il a créé à ſon Image, & dans un Etat parfait, vive Malheureux, Infirme, Mélancholique, Mécontent. Je crois au contraire que rien ne lui plaît davantage, que de nous voir Sains, Joyeux, & Contens. C'eſt ainſi que vivoient les* S. Pères, *& ils en ètoient plus capables de ſervir la* Majeſté Divine, *& de s'adoner à l'*Oraiſon, *& aux* Bonnes

Oeuvres. *Que de Beautés, & d'Avantages, auroit notre Monde, préférablement à celui des Anciens; ſi nos Religieux vivoient ainſi: ayant bien plus de Religieux, & de Monaſtères, à preſent, qu'il n'y en avoit alors; & s'ils feſoient de la* Sobriété, *une de leur* Vertus Capitales! *Un grand Nombre de Vieillars éminens en* Doctrine, *& en* Sainteté, *rempliroit alors le Monde, & en feroit le Principal Ornement. Ils ne doivent pas Objécter, que leur Règles, ou leur conſtitutions en ſoufriroient, & que leur Coutumes ne s'acorderoient pas toujours avec cette Exactitude. Je ſoutiens au contraire, que ces mêmes Règles, ces Conſtitutions, ces Coutumes, s'en obſerveroient bien plus religieuſement. Il eſt permis dans toutes les Religions, de manger du Pain, & de boire du Vin, d'uſer d'Oeufs quèlques fois, & dans pluſieurs on mange de la Viande. Ils ont, outre cela, pluſieurs Sortes de Boiſſons, Bouillons, ou Potages; des Salades, des Fruits, des Patiſſeries &c. Ces Alimens leur ſont ſouvent nuiſibles, & tuent même quelques uns d'entre Eux; mais parce que l'*Ordre *les aprouve, & que*

c'eſt

c'eſt la Coutume de les manger, ils le font; & croyent ſouvent que s'ils faiſoient autrement, ils pècheroient. Mais loin de comètre un Péché, je crois qu'ils feroient tres bien, ſi auſſitôt qu'ils ont ateint leur trentième Année, ils començoient à s'acoutumer à ne vivre que de Pain, de Vin, de Bouillie faite avec du Pain, & d'Oeufs acompagnés de Pain; & s'ils abandonoient peu-à-peu tout le Rèſte. C'eſt là la Véritable, & ſeule Maniere de défendre le Corps, contre les Efêts pernicieux des mauvais Sucs, des mauvaiſes Humeurs, & d'un Tempérament Cacochime: *& cette Manière-là eſt même plus douce, & plus relâchée, que celle dont vivoient les* Saints Pères, *& les Anciens Hermites, dans les* Deſerts: *puis que ceux-ci ne vivoient alors que de Fruits Sauvages, de Racines, & d'Eau pure: & cepandant, ils viveient tres long-tems, toujours Sains, & dans une Joye toujours la même, & un contentement toujours ègal. La même Choſe ariveroit abſolument aux Religieux de nos Jours, & par-là il leur ſeroit bien plus facile de parvenir à la* Béatitude èternelle, *dans le* Ciel.

qui eſt ouvert à tous les Fidèles depuis que notre Divin Sauveur, *aprés avoir répandu ſon* Sang Précieux *pour notre* Salut, *y eſt lui même entré, & nous en a par-là ouvert la* Porte.

Je pourois dire encor bien des Choſes à la Louange de la Vie Sobre, *mais ne m'ètant pas propoſé de faire un Panégirique, je finis ici; pour ne pas paſſer les Bornes de cette* Sobriété, *à laquèlle je me ſuis acoutumé. Le Rèſte viendra peut-étre dans quèlqu'autre Ocaſion.*

REMARQUES.

L'*Auteur* a enfin terminé ſon Traité, ſes Eloges de la *Vie Sobre*, & ſon Dénombrement de tous les Avantages qu'èlle procure à ceux qui ſont èxacts à obſerver ſes Règles, & ſes Précèptes; entre lesquels il apuye ſur la *Longueur* de la *Vie*, dont il aporte pour Exemple la Manière de vivre des Hermites d'autrefois, qui ne mangeoient que des Herbes, des Fruits, des Racines; ne buvoient que de l'Eau; & cepandant vivoient des Siècles entiers.

No-

Notre *Auteur* aſſure, que la même Choſe ariveroit aux Religieux d'aujourd'hui, & à ceux qui ſe ſont conſacrés à la *Vie Spirituèlle*, dans les Cloitres, ou ailleurs ; s'ils ètoient rigides Obſervateurs de la *Tempèrance*, & de la *Sobriété* : & il ajoute, qu'ils ne ſont pour la Plus-Part *Maladifs*, *Mélancoliques*, *Inquiets*, *Mécontens de leur Etat* ; que parce qu'ils négligent cette Pratique de la *Vie Sobre* & règlée. Il ne faut pas, dit tres bien ce judicieux *Auteur*, qu'ils s'excuſent ſur ce que c'eſt la Volonté de *Dieu* qu'ils ſoient ainſi, pour avoir lieu d'èxercer leur *Patience*, & leur *Verta* ; car *Dieu* veut que les Hommes qu'il a créé *Sains*, vivent *Sains* ; afin qu'ils le puiſſent ſervir avec contentement d'Eſprit, & *Allegrèſſe* de cœur : & s'ils ſont autrement ; c'eſt la Peine de leur Intempèrance qu'ils portent. En èfèt, ce n'eſt pas une choſe nouvèlle, que de voir les Religieux qui ont prétendu renoncer à tout pour ſe devouer au Service plus plus particulier de la *Divinité*, uſer néanmoins des Comodités de la *Vie Sé-*

Séculière, autant, & plus que les Gens du Monde ; à cauſe des Richèſſes èxtrêmes qu'ils poſsèdent tres ſouvent. St. *Jérôme* ſe plaint de ces Abus, qui ètoient deja fréquens dans ſon Siècle ; & il reproche aux Moines, d'être „ plus Riches dans leurs Cloîtres, aprês „ avoir renoncé à leurs Biens, qu'ils „ n'auroient été dans le Monde, en les „ poſsèdant. Voyez la Lètre que ce St. Homme ècrit à *Nepotien*, *De la Vie des Prêtres*, *& des Clercs*.

F I N.

CA
009805
Biblioteca Nazionale NAPOLI

CATALOGUE DES LIVRES

Qu'on trouve chés

J. ARN. LANGERAK.

Abregé des Plantes Uſuelles, par Chambel. 12°.
Ælian Variæ Hiſt. cum Not. Varior. in 4o. Sub Prælo.
Ant. Bynæus de Calceis Hebræorum, ſive Antiq. Hebraicæ vindicatæ, cum fig. 4°. 1724
Ant. Leeuwenhoek opera omnia; ſeu Arcana naturæ, ope exactiſſimorum microſcopiorum detecta, experimentis variis comprobata. Epiſtolis, ad varios illuſtres viros, ut & ad integram, quæ Londini floret, ſapientem Societatem, cujus membrum eſt, datis Edit. Noviſſima. 4 vol. cum fig. 1722. 4°.
Burnetti, Telluris Theoria ſacra, cum fig. 4o.
Blondel, l'Art de jeter les Bombes, 4°.
——— *Manière de fortifier les Places*, 4°.
C. Eygenhartus, De Vita, & Geſtis Caroli Magni; cum Not. Varior. in 4°. ſub Prælo.
Celſus de Medicina libri octo, 8°.
Coets Arithmetica, 8°.
Commelini Botanographia Curioſa, fol.
Crenii Muſeum Philologicum & Hiſtoricum, 2 vol. 8°.

Deſcription Exacte des Os par Courtial, Petit, & Lemery, avec fig. 12°.

Dissertation Phisique de la Variation du Baromètre, Termomètre, Flux, & Reflux de la Mer, 8°.

D. G. Franck Satyræ Medicæ xx. varii Rarior. Argum. Lypſ. 1722

Diſſertationes in Nov. tutam, ac utilem methodum inoculationis ſeu Tranſplantationis Variolarum, prima method. Auctoritate Regiæ Majeſtatis Brittan. cum criticis notis in varios de hoc morbo ſcribentes. a I. a Caſtro. G. Harris M.D. Lond. Ant. le Duc Conſtantinopolit. 8. 1711

Eloge de l'Ivreſſe, 8°

Entretiens Solitaires d'une Ame dévote, avec ſon Dieu, 2 *tom.* 8°

G. Buchanani Opera Omnia, 2 vol. in 4° cum Notis, & cum Præfat. P. Burmanni ſub Prælo.

G. Nood Diſſert. de Religione ab Imperio Jure Gentium Libera, 4°

H. Boerhaven Tract. de Viribus Medicamentor. 8°

——— Orat. de Commendando ſtudio Hippocratico, 4°.

——— Repurgatæ Medicinæ, 4°.

Hecquet Novus Medicinæ Conſpectus, ubi ex Sanguinis Circuitu in Anomaliis ſecretionum errata 12° 2 vol. Paris.

Hiſtoire des Inſectes par J. Goedart, avec fig. 3 *vol.* 8°

Hoorn-

Hoornbeek de Converſione judæorum, & Gentilium, 4°.

Hovius de Circulatione Humorum Motuum in oculo, cum fig. 8°

J. Alberti Obſervationes Philologicæ in Sacros Novi Fœderis Libros. 8° ſub Prælo.

J. Lommii Comment. de Sanitate Tuenda in Prim. Lib. C. Celſi de Re medica. 8° 1724

——— Obſervationes Medicæ, 8°.

——— de Curandis Febribus, 8°.

Jo. Bapt. Morgagni. Adverſaria Anatomica omnia, opus nunc vere abſolutum, inventis, & innumeris obſervat. ac monitis refertum, quibus univerſa Humani Corporis Anatome, & ſubinde etiam quæ ab hac pendent, res Medica, & Chirurgica admodum illuſtrantur, cum Tabb. & univerſali accuratiſſ. indice ornata 1723. in Quarto.

Juſtiniani Inſtit. cum Lineis Rubris & Nigris. 12°.

J. van den Honert Analyſis in Melchiori Fundamenta Theologiæ, 4° 1722

La Belle Hollandoiſe, 8°.

La Manière d'amolir les Os par Papin, avec fig. à Paris.

L'Anatomie du Corps de l'Homme en Abregé, à Paris 1723

La Vie, & les Intrigues d'Amour du Père la Chaiſe, 4 *vol.* 12°

L'Art de guérir les Maladies Vénériennes, par Blégny. 3 *vol.* 12°.

Les

Les Principaux fondemens pour l'Art du Deſſein, pour l'uſage des Curieux; dans leſquels ſont Repreſentés plus d'une Centaine d'exemples naturels, de diverſes ſortes d'Attitudes, & de Geſtes de Têtes & de Viſages: comme auſſi les Mouvemens des Mains & des Piés, avec pluſieurs figures parfaites d'Hommes & de Femmes dans leur differentes Poſtures. Par le tres famenx Peintre Gerard Hoet. Ornés d'une grande Quantité de Règles fondamentales, &c. in Folio 1723

Les Maladies des Oſs, par Petit, Lemery, & Courtial. 12° *avec fig.*

Le Chirurgien de l'Hoſpital par Belloſte. Derniere Edition, avec fig.

Lipſii Bartholini & alii Authores de Cruce. 4 voll. cum fig. 12°.

Mangetti Bibliotheca Chirurgica, 4 vol. in Folio.

Muys, de Salis Ammoniaci ad Feb. intermittentib. uſu.

Obſervationes Sacræ in V. Teſt. & aliquot N. T. cum Præfat. J. Renferdi, 8°.

Picteti Theologia Chriſtiana Ed. Noviſſ. 8°. 1724

Pyerii Obſervationes Anatomicæ, ejuſdem Obſerv. Circa urachum 8°.

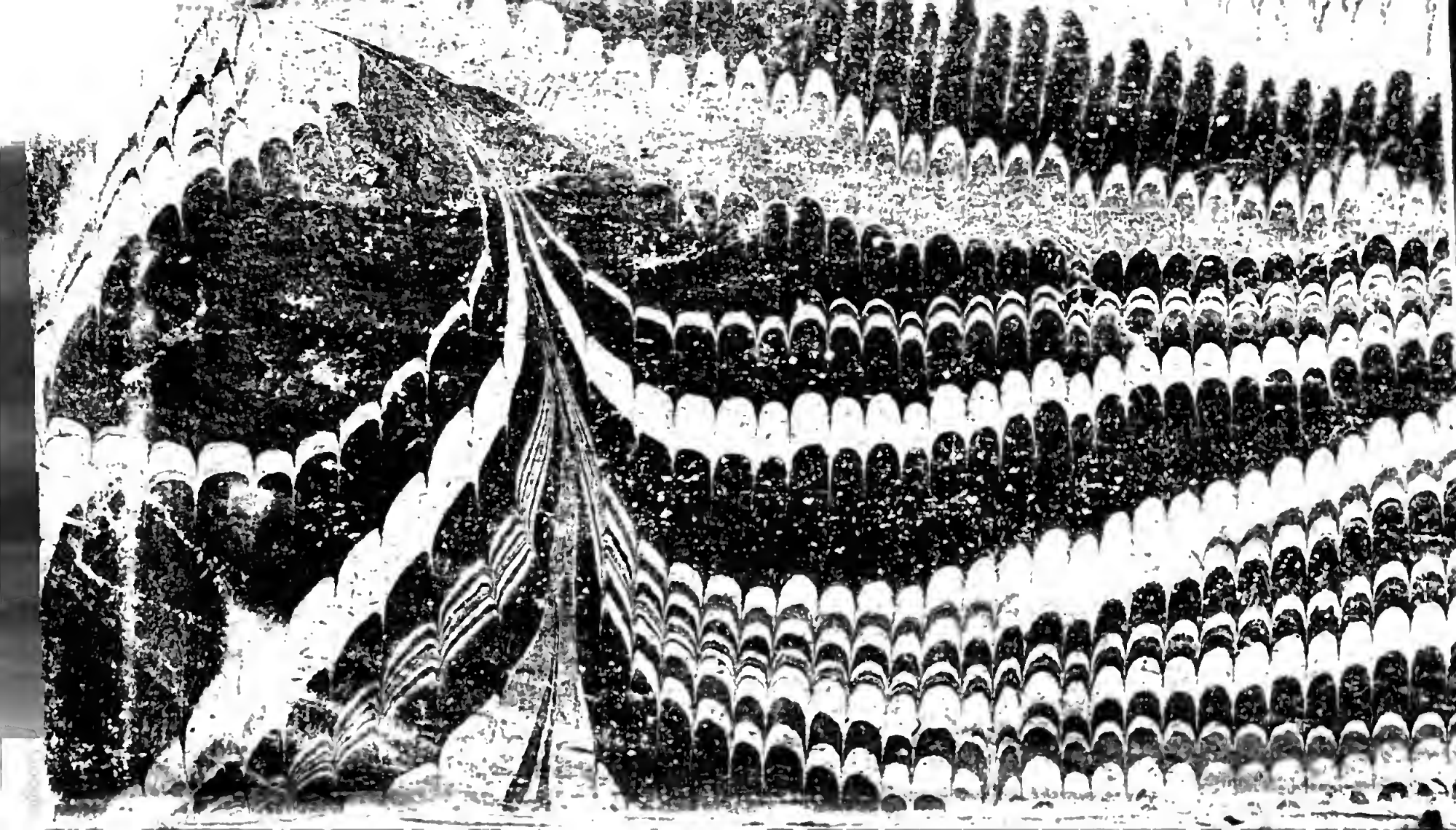
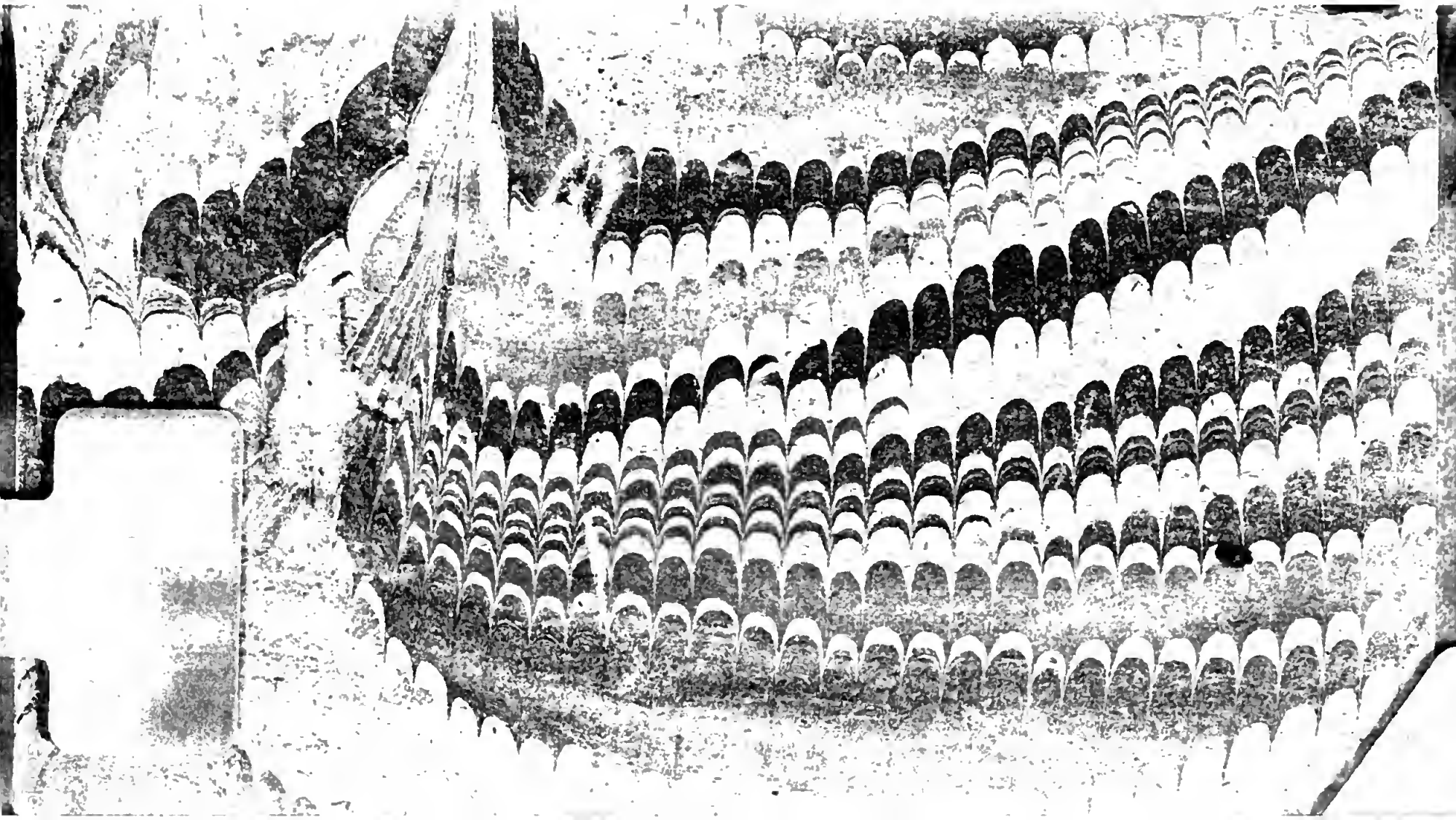
Redius de Inſectis & Experimenta Natural. 2 vol. cum fig. 12°.

Rohaulti Phyſica cum Not. Clarck, & Neutoni, 8°. 1722. ſub Prælo.

Schat-

Schattani Examen Juridicum Edit. Opt. 12°.
Schraderi Obſervat. in Harveum de Generatione animalium, 12°. cum fig.

Traité Complet de Chirurgie par la Motte, 3 vol. à Paris 1722
Traité Hiſtorique ſur les Amazones, où l'on trouve tout ce que les Auteurs, tant anciens, que Modernes, ont écrit pour & contre ces Heroines, avec fig. 2 vol. 12°.

Valerius Flaccus, cum Not. N. Heinſii, cum Præfat. P. Burmanni, 12°.
Van de Pol, de Exheredatione Romana atque Hodierna, Lib. Singularis, 4°.
Vander Hooght Medulla Grammaticar. Hebraicarum, &c. 8°.
——— Praxis Grammatica Græca, 8°.
Vander Schellingh, de Lege Rhodia Diatrice, 8°. 1712
Vercellonis, de Pudendorum Morbis, & Lue Venerea Tetrabilion, 8°. 1722

Withby, Examen Variantium Lection. Nov. Teſt. J. Milli. Cum Præfation. S. Haverkampi, 1°. 1724